GOURMET / LA CAPITAL PERUANA VOLVERA A SER SEDE DE THE WORLD'S 50 BEST RESTAURANTS 2026

SALUD / DESCUBIERTO UN TIPO DE NEUROTROFILOS EN LA LECHE MATERNA QUE ACTUA COMO VEHICULO DE LAS DEFENSAS

DESTINOS / CONTINUAMOS EL VIAJE: DESDE RUMANIA CON AMOR - PARTE III

Revista FEM International

AGOSTO 2026 | EDICION # 174 | ESTADOS UNIDOS

Revista
FEM International

AHORA MAS CERCA QUE NUNCA

WhatsApp Business

GUARDE NUESTRO NUMERO

+1 551 254 8201

Somos parte de la comunidad Latina en el estado de New Jersey y aspiramos a seguir creciendo nuestra presencia aún más. Si desea dar a conocer su emprendimiento o tiene preguntas, simplemente contáctenos vía WhatsApp. Llegar a audiencias globales nunca ha sido más fácil que ahora.

SUSCRIBANSE GRATIS AQUI

http://bit.ly/revistafemwhatsapp

08 HISTORIA

Independencia de Ecuador, Bolivia y Uruguay

16 SALUD

Descubierto un tipo de neutrófilos en la leche materna que actúa como vehículo de las defensas

18 ECONOMIA

México refuerza seguridad en Michoacán para reactivar exportaciones de aguacate a EEUU

22 GOURMET

La capital peruana será sede de The World's Best restaurants 2026

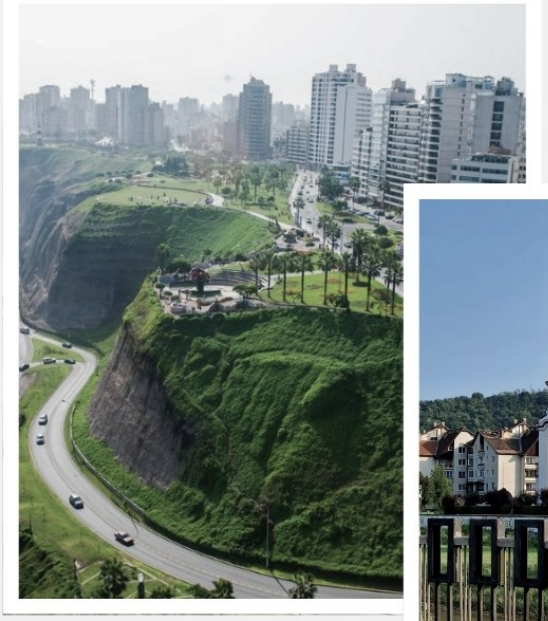
30 VIDA Y BIENESTAR

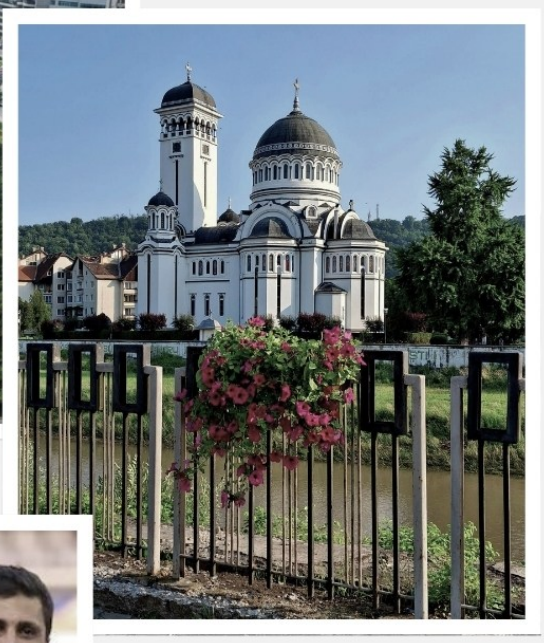
Lactancia materna: El primer vínculo que aumenta la vida

40 PORTADA

El poder de una nueva generación

CONTENIDO





CONDICIONES

©FEM International Magazine ® (***Fe y Esperanza Magazine LLC***) is a Registered Trademark. The products and services promoted in this magazine are responsibility of their owners. The articles written for this magazine are responsibility of their writers. Graphic designs and or ads created for advertising purposes are intellectual property of Fe y Esperanza Magazine LLC. Each ad is personalized for our sponsors.

LUNA 9
RADIO DIGITAL
La nueva generación de la radio online

CONECTATE DESDE NEW JERSEY A LA

RADIO DIGITAL

ESCUCHANOS EN VIVO

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

YouTube ZENO myTuner

1 201 305 0841

+1 551 327 2498

https://bit.ly/luna9radiodigital

Revista
FEM International

PUBLISHER | EDITOR IN CHIEF
Francisco H. Isla:.

PRODUCCION
VICE-PRESIDENTE
María Isla

CEO
María Luisa Alcalá

COLUMNISTAS
INTERNACIONAL
Dr. Antero Flores Aráoz
Columnista Honorario desde
Lima—Perú

GOURMET
Silvia Alicia Noceda Rodríguez
CEO D'Nonna Silvia Dulces,
Lima—Perú

DEJANDO HUELLAS
Teodoro Alfredo Sosa Rodríguez
Artista plástico

INMIGRACION
Maribel Hastings
Asesora Ejecutiva de America's Voice

VIDA Y BIENESTAR
María Luisa Alcalá González
Terapeuta Sistémica, Tanatóloga y
escritora mexicana.

DESTINOS
Irene Abecia
Guía de turismo desde España

CULTURAL
Isabel María Valencia
Presidenta del Colectivo Malagueño de
Escritores

ESPIRITUAL
Karla Reyes Cantú
Mensajera y Consejera Angelical, crea-
dora de "Bálsamo Para El Alma"

JUVENTUD CONSCIENTE
Jesús María Ludi
Embajador Para La Paz y escritor
argentino

ECONOMIA CON PROPOSITO
Graciela Velasco Aguirre
Contadora pública, escritora,
podcaster y Co-Host de Semillas de
Abundancia

https://archive.org/details/@fem_international_tv

CONOCE NUESTRA
EDICION ANTERIOR

CONTACTO Y VENTAS MEXICO
feyesperanzamag@gmail.com
WhatsApp +15512548201

CONTACTO Y VENTAS
USA
Teléfono: (201) 351-3907
WhatsApp +15512548201

INDEPENDENCIA DEL **ECUADOR**

El 10 de Agosto del 1809 se recuerda el Primer Grito de la Independencia. La gesta acontecida en Quito permitió librar al país del yugo español.

El hecho revolucionario forma parte de la historia de América que en aquella época desconoció al Gobierno ibérico tras un levantamiento ciudadano que permitió declarar al Ecuador en un país libre y soberano. Para algunos fue una conspiración, para otros un levantamiento popular, lo cierto es que intelectuales y familias quiteñas conformaron una Junta Soberana que permitió el inicio de un plan independista. La crisis que vivía la Corona española, provocada por la invasión de Napoleón a España, movilizó a las clases quiteñas para confrontar a la monarquía y conseguir la independencia anhelada para el país.

La caída del depuesto rey español Fernando VII, dio lugar a una reacción colectiva de la aristocracia quiteña y los llama-dos criollos quiteños. Antonio Ante, prócer de la revuelta, fue a la Casa de Gobierno para dar a conocer al Presidente de la Audiencia de Quito, Manuel Urriez (Conde Ruiz de Castilla), que la Junta Soberana lo había destituido del cargo.

La noticia de que en Quito se estableció una Junta Soberana que relevó de cargos a la autoridad real fue toma-da por los virreinatos de Bogotá y Lima como un evento insurreccional, esto debido a la precaria comunicación de la época y al agitado contexto internacional. Por este motivo enviaron tropas a Quito, casi de forma

incógnita, con el propósito de acabar la insurrección a la Corona. en el Acta libertaria del 10 de Agosto de 1809, acta en la cual están inscritos los nombres y apellidos de aquellos criollos comunes que luego verterán su sangre en ese 10 de agosto la junta libertaria había firmado un acta donde el Ecuador dejaba de pertenecer a la corona española.

La Junta, muy unida en ese tiempo, sesionó el 11 de agosto y cinco días después, el 16, proclamó con solemnidad lo actuado en favor de la in-dependencia. Cuando la revuelta empezó a crecer en ideología, en la práctica los líderes de la Junta empezaron a que-darse solos y de a poco fueron apresados y asilados.

Un año después, exactamente el 2 de Agosto de 1810, soldados y simpatizantes de la mencionada Junta ingresa-ron al cuartel militar en búsqueda de los intelectuales. Esto desembocó en la matanza de todos los “insurrectos” que estaban privados de su libertad. La llamada "matanza del 10 de agosto" sirvió para que el colectivo ciudadano empezara a reaccionar en contra de la opresión y a gestar procesos de libera-

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

INDEPENDENCIA DE **BOLIVIA**

A finales del siglo XVIII estallaron varias rebeliones independentistas lideradas por indígenas y mestizos en el Alto Perú (actual Bolivia).

Los más importantes caudillos fueron los hermanos Dámaso y Nicolás Katari, junto a Julián Apaza (Túpac Katari).

En 1809 se formaron las Juntas de Gobierno de Chuquisaca y La Paz. Su principal líder independentista fue Pedro Do-mingo Murillo, un criollo ilustrado que fue capturado y ahorcado en 1810.

Entre 1811 y 1815 llegaron al Alto Perú las expediciones argentinas encabezadas por José Castelli, Manuel Belgrano y José Rondeau. Trataban de expulsar a los es-pañoles para integrar el territorio a las Provincias Unidas del Río de la Plata. Después de sangrientos combates fue-ron derrota -dos por las fuer-zas del Virrey del Perú Fernando de Abascal.

Después de derrotar al Virrey del Perú José de la Serna en la batalla de Ayacucho (9 de Diciembre de 1824), el general venezolano Antonio José de Sucre llegó al Al-to Perú para enfrentar al realista Antonio de Olañeta, pero éste había sido muerto por sus hombres en el Motín de Tumusla.

Entonces reunió al Congreso de Chuquisaca que el **6 de Agosto de 1825** proclamó la Independencia de Bolivia. El nombre fue elegido para rendir homenaje al Libertador Simón Bolívar.

SIGN UP!
Reciba Nuestra Edición Digital
http://eepurl.com/ggiPT1
ENTERESE DE NOTICIAS INTERNACIONALES,
RECETAS GASTRONOMICAS, TURISMO,
TEMAS DE MOTIVACION, LIDERAZGO, DEPORTES,
DESAFIOS FINANCIEROS, INMIGRACION Y MAS.
Revista
FEM International
NEW JERSEY, ESTADOS UNIDOS | JULIO 2026

INDEPENDENCIA DE **LA REPUBLICA ORIENTAL DEL URUGUAY**

La Independencia de Uruguay fue el proceso mediante el cual el territorio uruguayo, conocido entonces como Banda Oriental del Río de la Plata, se independizó de la Corona española. Dicho proceso comenzó el 28 de febrero de 1811 con el Grito de Asencio. Durante el proceso de Independencia de Uruguay, los patriotas debieron enfrentarse a los intereses políticos y territoriales de los países vecinos, como Brasil. Luego de varios intentos y enfrentamientos armados por la toma del poder uruguayo, José Gervasio Artigas, al mando de las tropas independistas, debió retirarse de Uruguay y entregar el poder al Imperio luso-brasileño.

Finalmente, a través de un período de inestabilidad política y sangrientos enfrentamientos, el ejército independista logró reorganizarse en 1825 y provocó el «desembarco de los 33». Allí los independistas, al mando de Juan Antonio Lavalleja, consiguieron desalojar a los portugueses del poder político y comenzaron a fortalecer un Estado independiente. El proceso revolucionario se inició el 28 de febrero de 1811, con el llamado Grito de Asencio, realizado por Pedro Viera y Venancio Benavides. El 11 de abril del mismo año, Viera y Benavides solicitaron ayuda a Buenos Aires acudiendo al general Artigas, quien emitió la Proclama de Mercedes, comunicando que la Junta mandaría dinero, municiones y tres mil hombres en aporte al proceso independentista.

Las tropas libertadoras se movilizaron hacia Montevideo, donde se llevó a cabo la batalla de Las Piedras, el 18 de mayo del corriente año. Allí Artigas logró un importante triunfo frente al ejército realista. Sin embargo, aún habiendo logrado esta importante victoria, Manuel de Sarratea, político porteño del triunvirato gobernante, firmó un armisticio con los portugueses, llamado Tratado Herrera-Rademaker.

En dicho tratado les entregó el mando de la Banda Oriental, a cambio de apoyo en la Independencia de las Provincias del Río de La Plata. Por consiguiente, Artigas se vio obligado a retirarse de Montevideo, en el conocido hecho histórico del Éxodo del Pueblo Oriental o La Redota. Pero Artigas y sus tropas intentaron retomar Montevideo, logrando solo temporalmente sus objetivos, hasta ser derrotados por el ejército luso-brasileño en la batalla de Tacuarembó, en enero de 1820. Desde esa fecha, la Banda Oriental se denominó Provincia Cisplatina. En 1825, 5 años después, ocurrió el llamado “desembarco de los 33”, cuando un grupo de patriotas, liderados por Juan Antonio Lavalleja, lograron desalojar Montevideo de los portugueses.

El 28 de agosto de 1828 se firmó la Convención Preliminar de Paz, con la que se consolidó la Banda Oriental como un Estado independiente, haciéndose llamar Estado Oriental del Uruguay. Luego, el 18 de julio de 1830 se promulgó la primera Constitución Nacional y Fructuoso Rivera fue electo presi-dente.

El Nuevo
PLAN PLATINO
El plan que cambiará la forma de hacer marketing
fem
VISIBILIDAD + AUTORIDAD + RESULTADOS
LLAMANOS HOY +1 551 254 8201
JINGLE RADIAL SEMANAL CREADO PARA IMPACTAR
PRESENCIA EXCLUSIVA EN "PROFESIONALES RECOMENDADOS"
ANUNCIO PUBLICITARIO EN REVISTA DIGITAL + ARTICULO
https://bit.ly/miplanplatinum

[editorial]

El poder de una nueva generación

Cada época tiene una voz que la define. La nuestra está siendo escrita por una generación que no teme cuestionar lo establecido, que convierte las ideas en proyectos y que entiende que el verdadero éxito adquiere mayor significado cuando deja una huella positiva en los demás.

En esta edición 174 de FEM International, correspondiente a agosto de 2026, queremos rendir homenaje a esa juventud que construye el presente con la mirada puesta en el futuro. En el marco del Día Internacional de la Juventud, celebramos a quienes lideran con sensibilidad, innovan con responsabilidad y comprenden que el cambio comienza con pequeñas acciones capaces de transformar comunidades enteras.

Bajo el tema central, "El poder de una nueva generación: Jóvenes que lideran, innovan y transforman el mundo con propósito", recorremos historias, conocimientos y experiencias que nos recuerdan que el liderazgo no tiene edad, sino convicción. Descubriremos cómo el emprendimiento con propósito puede convertirse en una solución para los desafíos actuales, cómo la educación evoluciona para preparar ciudadanos capaces de enfrentar un mundo en constante transformación y por qué la economía también necesita una visión más humana, donde las decisiones financieras acompañen cada nueva etapa de la vida.

Nuestra edición también invita a reflexionar sobre aquello que sostiene el desarrollo de toda sociedad: la salud, la familia y los vínculos. Encontrará información de gran valor sobre la lactancia materna, los recientes avances científicos relacionados con la leche materna y una profunda reflexión acerca del afecto y el amor como pilares fundamentales para la convivencia y el bienestar.

La cultura continúa ocupando un lugar esencial en nuestras páginas. Celebramos la inauguración de la Feria Internacional del Libro de Lima 2026, viajamos hasta Rumanía para seguir descubriendo historias que unen continentes y conmemoramos las independencias de Ecuador, Bolivia y Uruguay, recordando que la libertad, la identidad y la construcción de un mejor futuro son ideales que siguen inspirando a las nuevas generaciones.

En nuestra Galería Virtual, tenemos el honor de presentar la obra del artista plástico peruano José Elías Chiroque Silva, cuya creatividad y sensibilidad nos recuerdan que el arte también es una forma de liderazgo capaz de inspirar, provocar reflexión y tender puentes entre culturas.

Cada página de esta revista ha sido preparada con la convicción de que el conocimiento, la creatividad y los valores continúan siendo las herramientas más poderosas para transformar nuestra realidad. Porque creemos firmemente que el futuro no pertenece únicamente a quienes sueñan con un mundo mejor, sino a quienes trabajan cada día para construirlo.

Gracias por acompañarnos una edición más. Esperamos que estas páginas inspiren nuevas conversaciones, despierten nuevas ideas y fortalezcan la certeza de que, cuando las generaciones se unen alrededor de un propósito común, el cambio deja de ser una posibilidad para convertirse en una realidad.

Francisco Isla

fem TV
INTERNATIONAL
LUNA 9
RADIO DIGITAL
¡Feliz Día de Independencia
Ecuador, Bolivia y Uruguay!
Son los sinceros deseos de
su familia de Luna 9 Radio Digital

fem
FEM INTERNATIONAL GROUP
¡Feliz Día de Independencia
A nuestros hermanos ecuatorianos, bolivianos y uruguayos.
Son los sinceros deseos de toda su familia de
FEM International Group

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

DESCUBIERTO UN TIPO DE NEUTROFILOS EN LA LECHA MATERNA **QUE ACTUA COMO VEHICULO DE LAS DEFENSAS**

Fuente: **Agencia EFE Noticias Salud**

Un estudio iderado por expertos del Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (Ibima) ha descubierto en el calostro, la leche materna de los primeros días, una población única de neutrófilos, que actúa como un puente entre las defensas de la madre y el bebé. Semana Mundial de la Lactancia Materna, del 1 al 7 de agosto.

Los neutrófilos son un tipo de glóbulo blanco que forma parte de las primeras líneas de defensa del organismo y los resultados muestran que estas células se adaptan al entorno de la leche materna y adquieren propiedades relacionadas con el transporte de anticuerpos y la regulación de la respuesta inmunitaria.

Este hallazgo ayuda a comprender mejor cómo la madre proporciona protección inmunológica al recién nacido a través de la lactancia, ha informado este martes el Ibima en un comunicado.

Profundizar en algunos mecanismo protectores de la leche materna

Aunque los beneficios nutricionales e inmunológicos de la leche materna son bien conocidos, todavía se desconocen muchos de los mecanismos que explican su capacidad protectora y uno de los componentes menos estudiados es su población de células vivas, especialmente abundante en el calostro.

Mediante el análisis de muestras de sangre y calostro, el equipo investigador comprobó que los neutrófilos constituyen una parte destacada de las células presentes en la primera leche materna.

Sin embargo, al comparar los neutrófilos del calostro con los de la sangre de las mismas madres, descubrieron que estas células experimentan una profunda transformación, adquiriendo un perfil biológico diferente.
Los investigadores observaron que los neutrófilos del calostro presentan menos gránulos en su interior y una menor capacidad para desplazarse o capturar bacterias, dos de sus funciones defensivas más habituales.

En cambio, contienen una mayor cantidad de proteínas relacionadas con el reconocimiento de antígenos, la respuesta inmunitaria basada en anticuerpos y el sistema del complemento, otro de los mecanismos de defensa del organismo.

El estudio detectó que los neutrófilos del calostro contienen y liberan inmunoglobulinas, anticuerpos fundamentales para proteger las mucosas del recién nacido durante una etapa en la que su sistema inmunitario todavía está en desarrollo.

También se identificó una elevada presencia del receptor de inmunoglobulina polimérica, conocido como PIGR, una proteína implicada en el transporte de anticuerpos a través de los tejidos.

Estos resultados apuntan a que los neutrófilos del calostro podrían actuar como vehículos celulares capaces de transportar y liberar moléculas defensivas.

De este modo, contribuirían a conectar dos grandes ramas del sistema inmunitario: la inmunidad innata, que proporciona una respuesta rápida y general, y la inmunidad adaptativa, más especializada y basada, entre otros elementos, en los anticuerpos.

Otro de los resultados destacados es que el propio entorno de la leche materna parece contribuir a la transformación de estas células.

El equipo expuso neutrófilos procedentes de la sangre a la fracción líquida del calostro y, tras esta exposición, las células modificaron parte de sus características y comenzaron a parecerse a los neutrófilos presentes de forma natural en la leche materna.

Este resultado sugiere que el entorno del calostro no es únicamente un medio de transporte, sino que también puede favorecer la especialización de las células inmunitarias que contiene.

Los investigadores comprobaron además que las sustancias liberadas por los neutrófilos del calostro podían modificar determinados marcadores de activación en linfocitos maternos cultivados en el laboratorio.

Los hallazgos del Ibima abren una nueva línea de investigación para comprender el papel de las células vivas presentes en la leche materna y los mecanismos mediante los que el calostro contribuye a proteger al bebé durante sus primeros días de vida.

MEXICO REFUERZA SEGURIDAD EN MICHOACAN **PARA REACTIVAR EXPORTACIONES DE AGUACATE A EEUU**

Fuente: **Agencia EFE Noticias**

La presidenta de México, Claudia Sheinbaum, anunció este jueves un plan para reforzar la seguridad en las zonas productoras de Michoacán y abrir una mesa de diálogo con Estados Unidos para reanudar «lo más pronto posible» las exportaciones de aguacate, suspendidas tras el retiro de los inspectores estadounidenses por una alerta de seguridad.

Durante su conferencia de prensa matutina, la mandataria señaló que tras reunirse con aguacateros mexicanos, inició un plan de trabajo para «garantizar todavía más la seguridad» en Michoacán, además de que planteará a EE.UU. la posibilidad de que, «en el último de los casos», los inspectores estadounidenses sean sustituidos temporalmente por personal mexicano.

La suspensión de la exportación de aguacate de México a EE.UU.

Sheinbaum explicó que el Gobierno federal solicitó, a través del secretario de Relaciones Exteriores, Roberto Velasco; del secretario de Seguridad, Omar García Harfuch, y de la Secretaría de Agricultura (Sader), una reunión con el Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA) para reactivar las inspecciones.

«Se pidió a la Embajada de los Estados Unidos que nos pudiéramos reunir a la brevedad posible con el Departamento de Agricultura (…) para que se pueda retornar a este trabajo o, en último de los casos, sustituirlo con inspectores de Senasica (Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria), que también es una probabilidad», afirmó.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

La Presidenta señaló que el plan también contempla reforzar la presencia de la Guardia Nacional en otras zonas aguacateras de Michoacán.

«Ha habido varias detenciones también muy importantes, pero hay otra zona importante donde nos piden que también haya presencia de la Guardia (Nacional), entonces vamos a enviar presencia», indicó.

Sheinbaum confió en que la suspensión tenga una duración limitada y descartó afectaciones económicas de gran magnitud si las inspecciones se reanudan en breve.

«Si es por tiempo breve, pues no va a tener afectación relevante»

«Si es por tiempo breve, pues no va a tener afectación relevante (…) hay un muy buen plan de acción, entonces creemos que va a ser aceptado y que muy pronto se recupere toda la actividad», sostuvo.

La suspensión temporal de las actividades del personal agrícola de Estados Unidos en Michoacán frenó desde el miércoles las certificaciones y los embarques de aguacate hacia ese país, después de que la Embajada estadounidense emitiera una alerta por una «amenaza contra intereses» de Estados Unidos.

çHa habido varias detenciones tambi®n muy importantes, pero hay otra zona importante donde nos piden que tambi®n haya presencia de la Guardia (Nacional), entonces vamos a enviar presenciaè, indic· .

La medida afecta a los inspectores del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA), responsables de verificar el cumplimiento de los requisitos fitosanitarios en los empaques autorizados para exportar aguacate desde Michoacán, principal estado productor del fruto en México.

Alerta de viaje

El Departamento de Estado mantiene a Michoacán en su nivel 4 de alerta de viaje, «no viajar», por terrorismo y delincuencia, y restringe los desplazamientos de empleados del Gobierno estadounidense por ese estado.

La Asociación Productores y Empacadores Exportadores de Aguacate de México (Apeam) informó que únicamente podrá procesarse la fruta recibida antes de la suspensión, mientras permanecen detenidos los nuevos embarques con destino al mercado estadounidense.

Según datos de la Sader, México exporta más de un millón de toneladas de aguacate al año y tan solo en el primer cuatrimestre de 2026 ya se habían exportado 501.824 toneladas del fruto.

No es la primera vez que Washington interrumpe las inspecciones por motivos de seguridad.

En febrero de 2022 suspendió temporalmente las certificaciones tras amenazas contra un inspector en Uruapan y, en junio de 2024, volvió a detenerlas después de que dos empleados del USDA resultaran agredidos y retenidos mientras realizaban labores oficiales.

En ambos casos, las inspecciones se reanudaron días después tras reforzarse los protocolos de seguridad para el personal estadounidense.

SUSCRIBETE A

Revista
FEM International

NO SE PIERDA NINGUNA EDICION

Lea su revista en cualquier dispositivo
Dircot en su bandeja de correo
Reciba su revista antes que los demás

VISITE NUESTRAS EDICIONES ONLINE

Descubra artículos interesantes
Naténganse informados
Disfrútelas a cualquier momento

gourmet

<< REGRESO A CONTENIDO

22 La capital peruana será sede de The World's 50 Best Restaurants 2026
26 Manzanas y canela: Una alianza natural para la salud
27 Cupcake de manzana y canela

LIMA PONE LA MESA PARA EL MUNDO

fem
FEM INTERNATIONAL GROUP

LA CAPITAL PERUANA SERA SEDE DE THE WORLD'S 50 BEST RESTAURANTS 2026, UNA CITA QUE CONFIRMA QUE SU COCINA YA NO SOLO SE VISITA: SE CELEBRA

El próximo 4 de noviembre, Lima tendrá una de esas noches que cambian la forma en que una ciudad se mira a sí misma. Chefs, restauradores, críticos, productores y amantes de la buena mesa llegarán a la capital peruana para la ceremonia de The World's 50 Best Restaurants 2026, donde se revelará la lista más esperada de la gastronomía mundial.

No será una visita de paso ni una noticia más para el calendario turístico. Será la primera vez, en los 24 años de historia del certamen, que Perú reciba esta celebración. La elección de Lima habla de una ciudad que ha sabido convertir sus mercados, sus cocinas familiares, su herencia migrante y su enorme diversidad de ingredientes en una conversación que hoy le pertenece al mundo. La noticia, celebrada ampliamente en la prensa especializada del país, ha sido recogida también por Peru Top Times.

Para quienes conocen la ciudad, el anuncio tiene todo el sentido. Lima no es una capital que descubrió de pronto el valor de su cocina: lleva décadas construyendo una identidad gastronómica propia, con paciencia, orgullo y mucho trabajo. En sus calles conviven la tradición criolla, el sabor nikkei, la huella china, la cocina andina, los productos amazónicos y las recetas que viajan de generación en generación.

Comer en Lima puede ser sentarse en una gran mesa de autor, pero también pedir un sánguche al paso, buscar un buen anticucho al caer la tarde o detenerse frente a un puesto de mercado donde cada fruta parece contar una historia. Esa convivencia entre lo cotidiano y lo extraordinario es una de las claves de su encanto. La cocina no vive solo en los restaurantes premiados: vive en las casas, en los barrios, en las carretillas y en las conversaciones que empiezan con una pregunta sencilla: "¿Ya almorzaste?"

La ciudad llega a este momento con razones de sobra para celebrar. En 2025, Maido, el restaurante de Mitsuharu "Micha" Tsumura, fue elegido como el mejor restaurante del mundo. A su lado, nombres como Kjolle, Mérito y Mayta también llevaron el sabor peruano a los primeros puestos de la lista. Antes de todos ellos, Central había puesto a Lima en lo más alto en 2023.

No se trata de una coincidencia ni de una buena temporada. Es el resultado de una cocina que mira al mar, a los Andes y a la Amazonía con el mismo respeto con el que escucha a quienes cultivan, pescan y cocinan cada ingrediente. Es una cocina que no teme mezclar memorias, que entiende la riqueza de sus raíces y que ha aprendido a hablarle al mundo sin dejar de sonar peruana.

Ese es, quizá, el valor más profundo de este reconocimiento. Detrás de un plato memorable hay una cadena de manos y saberes. Está el pescador que conoce el pulso del Pacífico y sale antes del amanecer; está la agricultora que conserva semillas,

cuida una parcela y entiende los tiempos de la tierra; está el productor de cacao, café, papas o ajíes; y también está el cocinero que transforma esa riqueza en una experiencia capaz de emocionar.

La cocina peruana ha sabido tender puentes entre todos ellos. Ha demostrado que la excelencia no depende únicamente de una técnica impecable o de una presentación deslumbrante. También depende de la historia que contiene cada producto, del respeto por quienes lo hacen posible y de la voluntad de preservar una identidad mientras se imagina el futuro.

Durante la semana del evento, Lima será escenario de encuentros que van mucho más allá de una premiación. El 3 de noviembre se realizarán los 50 Best Talks, conversaciones que reunirán a voces influyentes de la gastronomía contemporánea. Habrá también cenas especiales en restaurantes limeños, donde cocineros locales compartirán fogones con invitados internacionales. Finalmente, la ceremonia revelará al restaurante que ocupará el número uno de 2026, además de reconocimientos como el premio a la mejor chef y el Icon Award. La organización confirmó la fecha y las actividades principales del programa.

La llegada de The World's 50 Best Restaurants abre además una oportunidad para que el visitante mire al Perú más allá de sus postales conocidas. La gastronomía puede ser una puerta de entrada a la historia de un país. Un ceviche habla del mar y de la frescura que llega cada mañana a los mercados. Una papa nativa revela una diversidad que ha sido cuidada por siglos en los Andes. Un plato amazónico invita a descubrir sabores, comunidades y paisajes que aún muchos viajeros desconocen. En cada preparación hay memoria, territorio y una forma de entender la vida.

Por eso, la noticia no pertenece únicamente a los grandes restaurantes. Pertenece a los pequeños productores, a los mercados de barrio, a las picanterías, a las cocineras que preservan recetas familiares y a todos los que han hecho de la comida una expresión cotidiana de identidad. La alta cocina ha ayudado a abrir puertas, sin duda, pero la fuerza de la gastronomía peruana está en que esas puertas conducen a una mesa mucho más amplia.

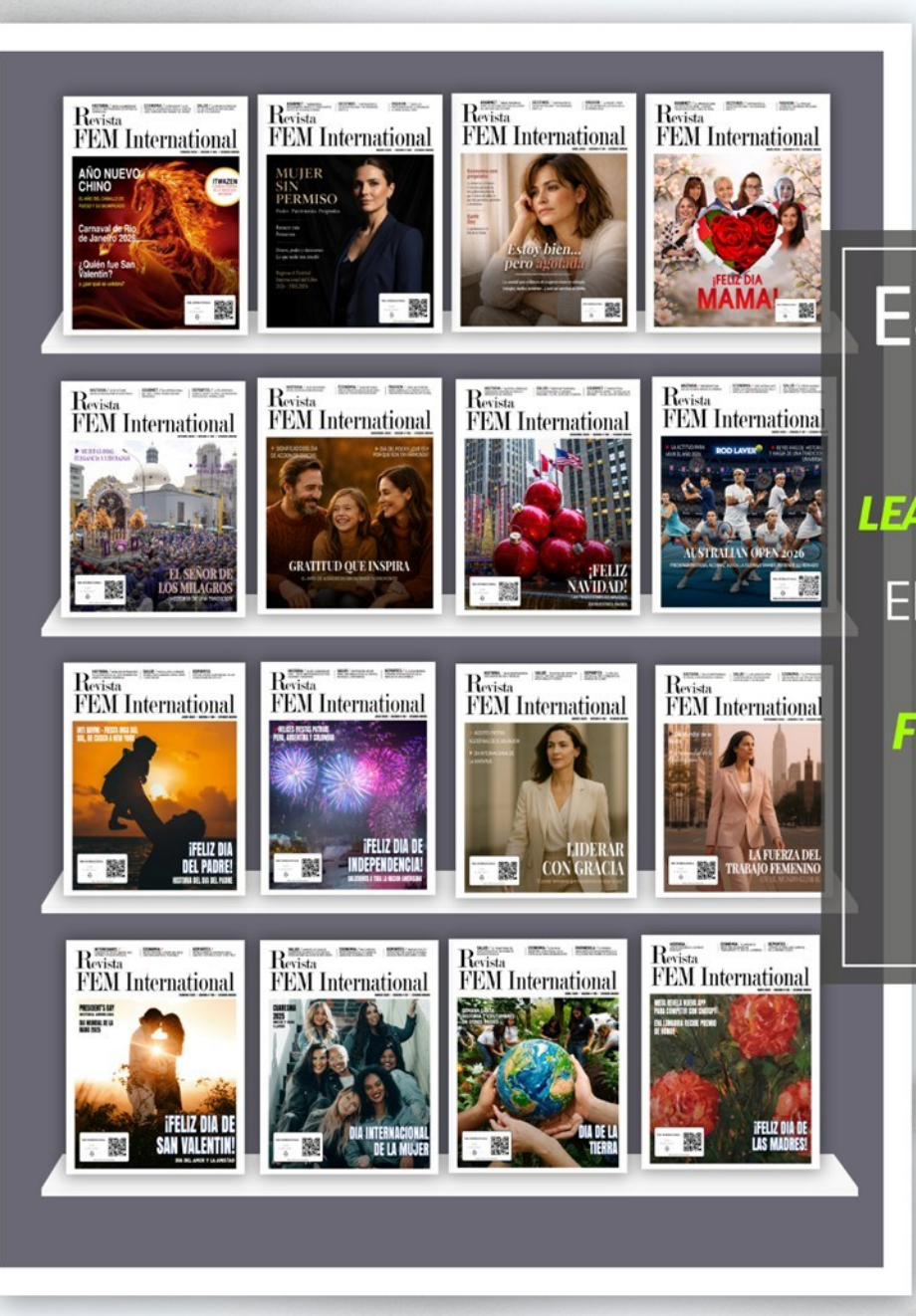
Lima recibirá al mundo con cebiches, ajíes, papas, cacao, maíces, pisco y una mezcla de culturas que no cabe en una sola receta. Recibirá con barrios llenos de aromas, con conversaciones alrededor de una mesa y con una hospitalidad que entiende que comer bien no es solo alimentarse: es compartir, recordar y celebrar.

El 4 de noviembre, cuando las luces se enciendan y el mundo espere conocer el nuevo número uno de la gastronomía global, Lima tendrá mucho más que un papel de anfitriona. Tendrá la oportunidad de mostrar que su cocina no se sostiene únicamente en el prestigio de unos cuantos nombres, sino en una cultura viva que sigue creando, aprendiendo y sorprendiendo.

La capital peruana no está pidiendo un lugar en el mapa gastronómico. Ese lugar ya lo conquistó, plato a plato. Ahora, simplemente, pondrá la mesa para que el mundo entero lo vea.

Revista FEM International

https://archive.org/details/@fem_international_tv



ESCANEEN, CLICK & DISFRUTE

LEAN DESDE CUALQUIER DISPOSITIVO

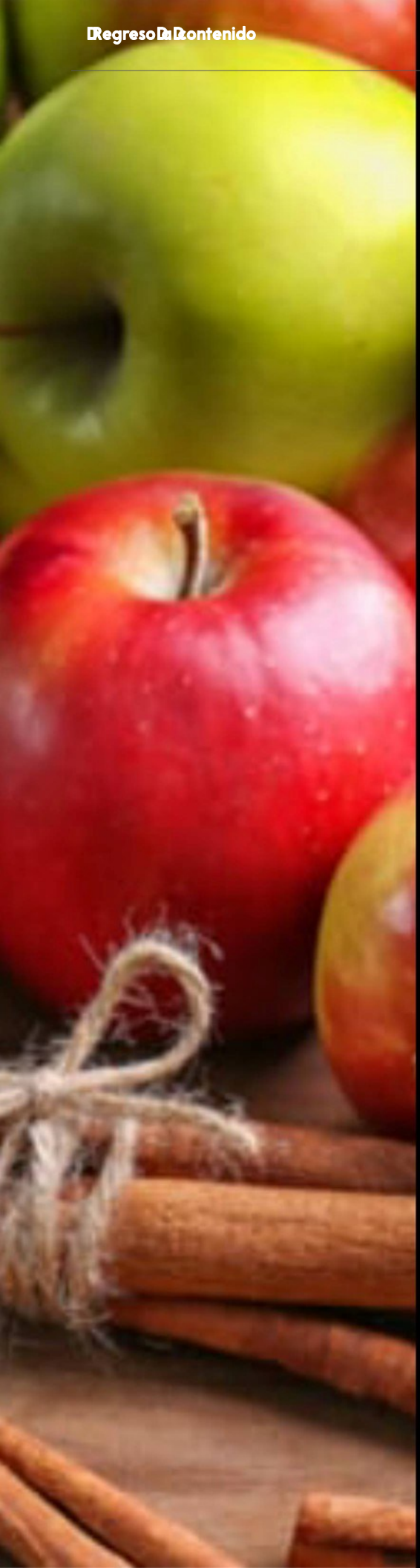
EDICIONES 100% DIGITALES DESDE EL 2023

FEM INTERNATIONAL MAGAZINE

Lea aquí

Revista multicultural e informativa totalmente gratuita que se publica mensualmente e informa acerca de distintos temas de interés para nuestros lectores, descubra noticias de inmigración, artículos de salud, viaje a lugares paradisíacos con "Destinos", deliciosas recetas de gastronomía, notas de deportes, motivación, noticias internacionales, artículos ecológicos, notas juveniles y mucho más.

FEM International Group



MANZANAS Y CANELA: **UNA ALIANZA NATURAL PARA LA SALUD**

Fuente: **Silvia Alicia Noceda Rodríguez—CEO D'Nonna Silvia Dulces**

La manzana y la canela forman parte de una de las combinaciones más tradicionales y apreciadas en la cocina. Además de su exquisito sabor y aroma, ambos ingredientes destacan por sus propiedades nutricionales, convirtiéndose en una excelente opción para disfrutar en postres, desayunos o como parte de una alimentación equilibrada.

La manzana es una de las frutas más consumidas y apreciadas en el mundo por su sabor, versatilidad y gran valor nutricional. Es rica en agua y fibras, además de aportar vitamina C, pequeñas cantidades de vitamina del complejo B y potasio, un mineral esencial para el buen funcionamiento del corazón, los músculos y el sistema nervioso.

Asimismo, contiene antioxidantes naturales, como los flavonoides y los polifenoles, que ayudan a proteger las células frente al daño causado por los radicales libres. Este efecto contribuye a reducir el estrés oxidativo, un proceso relacionado con el envejecimiento prematuro y con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, como las cardiovasculares, la hipertensión y otras afecciones asociadas al deterioro celular.

Dentro de los numerosos beneficios que ofrece la manzana, destaca su aporte de fibra, especialmente pectina, la cual puede contribuir al control del colesterol cuando forma parte de una alimentación equilibrada. Asimismo, favorece la sensación de saciedad, convirtiéndose en una excelente alternativa para quienes desean mantener un peso saludable. Además, gracias a su contenido de fibras y compuestos naturales, puede ayudar a mantener estable los niveles de glucosa en sangre cuando se consume entera y con moderación.

La canela es una especie obtenida de la corteza de árboles del género Cinnamomum. Desde hace siglos ha sido utilizada tanto en la gastronomía como en la medicina tradicional, gracias a su inconfundible aroma, su agradable sabor y la presencia de compuestos bioactivos con propiedades beneficiosas para la salud.

Entre sus principales propiedades destaca su elevado contenido de antioxidantes, que ayuda a proteger las células del organismo frene al daño causado por los radicales libres. Asimismo, consumida con moderación, puede contribuir al bienestar digestivo y, gracias a su sabor naturalmente dulce, permite reducir la cantidad de azúcar añadida en diversas preparaciones. Además, aporta pequeñas cantidades de minerales como manganeso y calcio, esenciales para el adecuado funcionamiento del organismo.

La manzana y la canela no solo conquistan por su exquisito sabor y aroma, sino también por sus valiosas propiedades nutricionales. Juntas aportan fibra, vitaminas y antioxidantes que, dentro de una alimentación equilibrada, contribuyen al bienestar general y al cuidado de la salud. Ya sea en postres, desayunos o preparaciones caseras. Esta combinación ofrece una alternativa natural, deliciosa y nutritiva para disfrutar en cualquier época del año.

"Hecho a mano, hecho con amor… y elaborado con ingredientes que la naturaleza nos regala"

"Descubre cómo esta deliciosa combinación aporta antioxidantes, favorece el bienestar y ayuda a proteger las células frente al daño causados por los radicales libres"

CUPCAKE DE MANZANA Y CANELA

Silvia Alicia Noceda Rodríguez
CEO "D' Nonna Silvia", Columnista de Gastronomía
FEM International Group & Embajadora Para La Paz

Ingredientes:

BIZCOCHO

200 gr. de mantequilla
250 gr. azúcar rubia o morena
300 gr. de harina
2 ½ cdta. de polvo de hornear
1 cdta. de sal
1 cdta. de canela en polvo
4 huevos
4 manzanas

COBERTURA

400 GR. de crema de leche
50 gr. de azúcar blanca
2 cdtas. de canela en polvo
50 gr. de nueces picadas

PREPARACION:

PURE DE MANZANA:

Pelar las manzanas. Cortar en cuatro y sacar las pepas. Cortar en cubos pequeños y cocinar con un poco de agua en una olla.

Cuando la manzana esta blanda, retirarla olla del fuego y escurrir el agua. Con la ayuda de un tenedor o prensa papa, triturar la manzana hasta lograr un pure. Dejar enfriar.

BIZCOCHO:

Para la preparación del bizcocho debemos batir la mantequilla con el azúcar hasta que lo vea cremoso con un tono claro, el azúcar no debe sentirse.

Agregar los huevos uno por uno, batir por unos 2 minutos por cada incorporación. Cernir los ingredientes secos, harina, polvo de hornear, canela y sal, luego agregar lo a la preparación anterior.

Luego agregar el puré de manzana y mezclar. Colocar la preparación en pirotines. Hornear a temperatura 180 °C, durante 20 minutos aproximadamente. Luego dejar enfriar.

COBERTURA:

Mezclar la crema de leche con el azúcar y la canela.

Batir a punto chantilly y decorar los bizcochos con a ayuda de una manga, las nueces picadas las puedes colocar encima de la crema.

¿Sabías que...?

la gastronomía mundial ya influye en las decisiones de platos en menús de todo el mundo? Consumidores cada vez valoran sabores globales auténticos, haciendo que cocinas como griega, mexicana y levantina ganen espacio frente a las más tradicionales en las tendencias de platos en 2026.

SIGUENOS EN YOUTUBE

Join us on YouTube

https://www.youtube.com/@feminternationaltv

Disfruta de entrevistas, videos comerciales, podcast, radio en vivo, eventos culturales y mucho más en nuestro canal oficial de YouTube.

spotlight

<< REGRESO A CONTENIDO

30 Lactancia materna: El primer vínculo que alimenta la vida
32 El orden en el caos
34 ¿Tendrá un costo político la crueldad Migratoria de Trump?
35 La importancia del afecto y el amor en la humanidad
38 Inauguración del FIL Lima 2026
40 Radio Online
42 El poder de una nueva generación: Jóvenes que lideran, innovan y transforman el mundo con propósito
46 Emprender con propósito: Ideas que se convierten en soluciones reales

LACTANCIA MATERNA: EL PRIMER VINCULO QUE ALIMENTA LA VIDA

María Luisa Alcalá González
Escritora, Terapeuta sistémica, tanatologa, PR Manager de Luna 9 Radio Digital y Embajadora Para La Paz.

La lactancia materna es un gran regalo que las madres puede ofrecer a sus hijos, es mucho más que un acto de alimentación: representa un encuentro entre dos vidas que comienzan a conocerse, una experiencia en la que se nutren el cuerpo, las emociones y el vínculo que los unirá para siempre.

En una época en la que abundan la información y las opiniones, es importante recordar que la lactancia es, ante todo, una experiencia profundamente humana. Cada madre y cada bebé viven este proceso de manera distinta, y todas las historias merecen ser escuchadas con respeto, empatía y sin juicios.

Porque la salud comienza desde el primer abrazo, la leche materna es el alimento ideal durante los primeros meses de vida, su composición se adapta a las necesidades del bebé en cada etapa de su crecimiento, aportando nutrientes esenciales y sustancias que fortalecen su sistema inmunológico.

Los beneficios de la lactancia han sido ampliamente documentados, entre ellos destacan:

- Favorece el desarrollo del sistema inmunológico.
- Disminuye el riesgo de infecciones respiratorias y gastrointestinales.

Una madre que se siente apoyada, comprendida y respetada tiene mayores posibilidades de vivir la maternidad con bienestar.

- Contribuye al desarrollo cerebral y neurológico.
- Favorece un crecimiento saludable.
- Se asocia con un menor riesgo de algunas enfermedades crónicas a largo plazo.

Para la madre, la lactancia también representa importantes beneficios físicos, como una mejor recuperación después del parto y una reducción del riesgo de desarrollar ciertas enfermedades, entre ellas algunos tipos de cáncer y diabetes tipo 2.

La lactancia materna también es un alimento para fortalecer el vínculo emocional entre la madre y su hijo, más allá de los beneficios para la salud, existe un alimento que no puede medirse en gramos ni en mililitros: el vínculo afectivo.

Durante la lactancia, el bebé no sólo recibe leche; también recibe calor, contacto, mirada, voz, seguridad y consuelo; en esos momentos aprende, poco a poco, que el mundo puede ser un lugar seguro donde sus necesidades son atendidas.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición

Desde la mirada sistémica, la madre representa nuestro primer contacto con la vida, es a través de ella que conocemos el cuidado, la protección y el sentido de pertenencia. La forma en que este vínculo se construye puede influir en nuestra manera de relacionarnos con nosotros mismos, con los demás y con la vida.

Sin embargo, es importante reconocer que el vínculo afectivo no depende exclusivamente de la lactancia. existen madres que, por razones médicas, laborales o personales, no pueden o deciden no amamantar; esto no disminuye su capacidad de amar ni de construir una relación sana con sus hijos, el apego emocional también se fortalece con la presencia, la ternura, la disponibilidad emocional y el cuidado cotidiano.

También es importante que tengamos presente cuidar de la madre, ya que, con frecuencia ponemos toda la atención en el bebé y olvidamos que la madre también necesita ser cuidada.

El nacimiento de un hijo trae consigo cambios físicos, hormonales, emocionales y familiares; muchas mujeres experimentan cansancio, incertidumbre o sentimientos de insuficiencia durante esta etapa, por ello, el acompañamiento de la pareja, la familia, el personal de salud y la comunidad es fundamental.

Una madre que se siente apoyada, comprendida y respetada tiene mayores posibilidades de vivir la maternidad con bienestar.

Por tanto, promover la lactancia materna no significa imponerla ni juzgar a quienes viven una realidad diferente, significa ofrecer información basada en evidencia, crear espacios de apoyo y reconocer que cada familia enfrenta circunstancias únicas.

La verdadera maternidad no se mide únicamente por a forma de alimentar a un hijo, sino por el amor, la presencia y el compromiso con los que se acompaña su crecimiento.

En conclusión, la lactancia materna nos recuerda que la salud va más allá de la ausencia de enfermedad, también se construye en los vínculos, en el afecto, en el contacto humano y en la capacidad de sentirnos amados y seguros.

Cuando una madre sostiene a su bebé entre sus brazos al amamantarlo, alimenta su cuerpo y también su confianza, pertenencia y esperanza, y esos primeros momentos de conexión pueden convertirse en una base sólida para el desarrollo físico, emocional y social de ese nuevo ser.

Porque amamantar es mucho más que dar de comer, es transmitir vida, amor y la certeza de que nunca caminamos solos.

EL ORDEN EN EL CAOS

Karla Reyes Cantú
Mensajera y Consejera Angelical y de Seres de Luz.
Creadora de "Bálsamo para el alma" en Luna 9 Radio

A finales del mes de Mayo del 2026 se realizó un "reset" energético que vino a realizar lo siguiente:

-Derrumbar estructuras viejas que ya no eran útiles o que se tienen que modificar.

-A proveernos de mayor dotación energética día con día lo cual puede producir que nuestro cuerpo empiece a resentir a nivel físico, mental y espiritual.

A nivel físico puedes estar sintiendo una fatiga enorme, desajuste en los ciclos del sueño, dolores de huesos, espalda, cabeza entre otros, o sentir como si hubieras hecho mucho ejercicio aunque ese día no hayas realizado actividad física.

A nivel mental y espiritual te puedes sentir desorientado, desconectado de ti mismo, sentirte raro, dificultad para retomar actividades que te gustan o iniciar cosas que te gustan, establecer metas o propósitos para ti, en pocas palabras "no logras enfocarte en ti".

Te tenemos noticias:

—La buena noticia es que si te sientes incómodo, mal o con los síntomas anteriores quiere decir que vas en el camino adecuado porque toda esta incomodidad te orillará a que realices cambios, ya que, si no sientes lo anterior difícilmente sales de tu zona de confort.

Los ángeles y el maestro Jesús bautizan a este tiempo como "el orden en el caos". En este período de tiempo ellos recomiendan realizar lo siguiente:

—En los meses de Julio, Agosto, Septiembre del 2026 nos invitan a reflexionar incluso plasmándolo en papel los cambios que queramos realizar.

Estos 3 meses son muy importantes para el resto de nuestras vidas, ya que, al menos impactarán los próximos 9 ó10 años de nuestras vidas, y si optamos por tomar mucha reflexión o conciencia estos años se volverán más ligeros.

Los cambios que se recomiendan realizar es que sean fáciles de ejecutar en el corto plazo.

CAMBIOS PEQUEÑOS

Se recomiendan los cambios pequeños porque el ser humano trabaja mucho por el sistema de reconocimiento y recompensa. Y este tipo de cambios nos ayuda a **sentirnos mejor con nosotros mismos y en automático eleva la frecuencia o vibración.**

Por lo tanto, si estamos mejor con nuestra energía nuestra mente estará más calmada, y podremos tomar decisiones con la mente más clara.

NOTICIA NO TAN LINDA

En estos momentos la mayoría de ustedes se sienten o se encuentran desconectados de ustedes mismos, no logran enfocarse en su persona y están dirigiendo la mayor del tiempo su energía al exterior.

El ver hacia afuera y no ver por ustedes mismos tiene como consecuencia que no se sientan plenos, satisfechos, que alimenten deseos o metas que quizás no son suyos o no desean al 100% y por eso se puede sentir un vacío o que nada es suficiente.

Recuerda que para crear **"ENTORNOS POSITIVOS"** primero debes de estar bien tú y lo anterior impactará tu entorno de forma positiva.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

¿TENDRA UN COSTO POLITICO LA **CRUELDAD MIGRATORIA DE TRUMP?**

Maribel Hastings
Asesora Ejecutiva de America's Voice & Columnista de Inmigración- FEM International Group

Fuente: ***America's Voice***

Las secuelas de las muertes de dos inmigrantes latinos a manos de agentes de ICE en Houston y Maine, respectivamente, siguen poniendo en entredicho las versiones oficiales de las autoridades migratorias, y de paso ilustran por qué incluso en el tema migratorio, los republicanos parecen estar perdiendo su ventaja ante los demócratas.

La violencia de la campaña de detenciones y deportaciones del gobierno de Trump alcanzó uno de sus peores momentos en los operativos en Minneapolis cuando dos ciudadanos estadounidenses también murieron a tiros por agentes de ICE en hechos separados. Estos no eran inmigrantes y ni ser ciudadanos los protegió de unos agentes volátiles y mal entrenados cuyo énfasis en cumplir con cuotas de arrestos los lleva a pisotear derechos y a ocasionar muertes.

Estos eventos llevaron al pueblo estadounidense a catalogar la política migratoria de Trump como excesiva, demasiado violenta. En el marco de las muertes de Renée Good y Alex Pretti en Minnesota, 65% de los estadounidenses opinaron que la política migratoria de Trump "va demasiado lejos".

Ahora las muertes de Lorenzo Salgado Araujo y Johan Sebastián Durán Guerrero plasman esos excesos y los detalles que emergen no dejan bien paradas a las autoridades migratorias.

En el caso de Salgado, se dio a conocer que la sustancia que se ocupó en su vehículo no eran drogas ilícitas. Aunque Salgado no era buscado por los agentes, el gobierno afirmó que una "sustancia" en su camioneta, que podrían ser "metanfetaminas", justificó la intervención con su vehículo que culminó en su muerte.

CBS informó que la oficina del fiscal del condado de Harris, Texas, Sean Teare, indicó que "podemos confirmar que la sustancia encontrada en la furgoneta de Lorenzo Salgado Araujo ha dado negativo en las pruebas de narcóticos o drogas ilícitas". "Hemos informado a la familia de Salgado Araujo porque consideramos que te-

que tenían derecho a saberlo", señala el comunicado.

La interrogante es si se presentarán cargos contra los agentes involucrados que alegan que Salgado utilizó su camioneta como "arma" y por eso lo abatieron a tiros. Un juez ordenó la liberación de uno de los tres pasajeros que acompañaban a Salgado de un centro de detención de ICE por ser testigo de una investigación en curso.

En el caso del joven colombiano Johan, se reportó que el agente que le disparó presuntamente tenía un historial de violencia incluso contra sus dos exesposas y de todos modos aprobó el entrenamiento de ICE.

La AP reportó que, según familiares, el agente "tiene un historial de comportamientos aterradores y violentos". "Le acusan de haber agredido a las mujeres de su entorno a lo largo de los años, y una de ellas facilitó a la AP un mensaje de voz del invierno pasado en el que él le decía que pensaba que alguien debería cortarle el cuello", reportó la agencia de noticias.

El zar de la frontera, Tom Homan, dijo en CNN que "si eso es cierto, no creo que hubiera debido aprobar la verificación de antecedentes".

Para Johan es demasiado tarde. La interrogante es, una vez más, si habrá rendición de cuentas o si se culpará a la víctima por su propia muerte.

Un sondeo de Fox News arrojó que por primera vez los demócratas superan a los republicanos 50% sobre 49% en el manejo del tema migratorio. Aunque es un punto, esa ventaja republicana en inmigración era de ocho puntos apenas en abril, según la encuesta.

Quizá los excesos y la violencia de la política migratoria sean un factor pues ha tocado de cerca a comunidades a través del país cuando pierden a un vecino, a un trabajador, al cuidador de sus padres o de sus hijos enfermos como está ocurriendo ahora mismo con los haitianos que perderán su TPS y con ello sus permisos de trabajo y su protección de la deportación.

Es decir, el efecto dominó de una detención o deportación no se limita a esa persona afectada sino que repercute en familias, amistades, empleadores, la comunidad y en el propio fisco que deja de recibir el pago de impuestos.

El mismo sondeo arrojó bajos índices de aprobación para Trump en diversas áreas, particularmente economía, salud, inflación, desigualdad de ingresos y política exterior.

Con ese complicado panorama como trasfondo, Trump alude al "fraude electoral" en su intento de interferir en los comicios.

Quizá a menos de 100 días de las elecciones de medio tiempo, los votantes ya le tomaron la medida a Trump.

El reto de los demócratas es convencer a esos votantes desafectos de que votar por ellos y no quedarse en casa es la mejor alternativa.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

LA IMPORTANCIA DEL AFECTO Y EL AMOR EN LA HUMANIDAD

Jesús María Ludi
Escritor oriundo de ciudad de Paraná, Argentina.
Redactor web y notero radial

La vida humana, en su inmensidad biológica y social, suele reducirse a menudo a una serie de procesos mecánicos: nacer, crecer, producir, consumir y perecer. Sin embargo, en el núcleo de esta maquinaria biológica late una necesidad que trasciende la supervivencia física. El afecto y el amor no son accesorios sentimentales ni lujos de la psique; son el sustrato vital de nuestra especie. Así como el agua es indispensable para que el árbol no solo sobreviva, sino que florezca y extienda sus ramas hacia el cielo, el amor es el fluido esencial que sostiene el ecosistema del espíritu humano. A menudo cometemos el error de pensar que el amor es algo que ocurre fuera de nosotros, un evento fortuito o un sentimiento efímero. Pero, al observar la naturaleza, comprendemos que el amor es un proceso de nutrición constante. Si el árbol carece de agua, sus raíces se secan, sus hojas se tornan quebradizas y su capacidad de sostener la vida desaparece, incluso si el sol sigue brillando sobre él. De la misma manera, un ser humano privado de afecto puede mantener sus funciones vitales, pero comienza a marchitarse interiormente.

El afecto es el "jugo", la savia vital, que une lo espiritual con lo físico. Somos seres duales: habitamos un cuerpo hecho de materia, limitado por el tiempo y el espacio, pero albergamos una consciencia, una capacidad de abstracción y un anhelo de trascendencia. ¿Qué es lo que une estas dos realidades? El amor. Cuando sentimos afecto por otro, cuando nos dejamos conmover por la belleza o cuando entregamos nuestra vulnerabilidad, nuestra realidad física se expande. Una caricia, una palabra de consuelo o la simple presencia compartida transforman una interacción meramente biológica en un acto de comunión. Es ahí, en ese punto de unión, donde la materia cobra un sentido superior. Sin el filtro transformador del amor, la humanidad corre el riesgo de convertirse en una colección de máquinas con razón que caminan. Poseemos una capacidad intelectual asombrosa; podemos diseñar edificios, manipular la tecnología y organizar sociedades complejas. Pero si despojamos a la razón del sentimiento, lo que queda es una frialdad gélida.

Imaginemos a un individuo que vive únicamente bajo el imperio de la lógica: un ser que busca el éxito, que lucha por sueños tangibles, que mide sus logros en métricas de eficiencia y posesión. Ese ser puede alcanzar todas sus metas, puede acumular riquezas y títulos, pero, al llegar a la cima, se encontrará con un vacío inmenso. Es una lucha sin fondo. Sin amor, el esfuerzo carece de un propósito que le dé calor. La razón nos permite entender cómo funciona el mundo, pero el amor nos da la razón para habitarlo. Sin el afecto que nos conecta con el otro, la lucha por los sueños tangibles se convierte en un carrusel monótono, donde cada logro es solo el preludio de una nueva carencia. Existe un prejuicio cultural que asocia el amor con la debilidad, como si amar fuera entregarse a una vulnerabilidad que nos hace presas fáciles. Nada más lejos de la realidad. El amor nos hace dóciles, pero no en el

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

sentido de sumisión o debilidad, sino en el sentido de maleabilidad y apertura. El árbol que se deja doblar por el viento sin romperse es el que sobrevive a la tormenta.

El amor nos vuelve dóciles porque nos quita la coraza de la soberbia. Nos permite reconocer que no somos islas, que nuestra existencia es interdependiente. Al ser dóciles al afecto, nos abrimos a la escucha, a la comprensión y a la transformación. La persona que ama es capaz de cambiar de opinión, de pedir perdón, de perdonar y de adaptar su camino ante las necesidades del prójimo. Esta docilidad es, en última instancia, una forma superior de inteligencia emocional que permite la cohesión social. Es la fuerza que mantiene unidos a los pueblos, a las familias y a las parejas. En un mundo cada vez más tecnologizado, donde las interfaces reemplazan a las miradas y la inmediatez reemplaza a la presencia, el acto de amar se ha vuelto un acto de resistencia. Reclamar nuestra capacidad de afecto es reclamar nuestra humanidad frente a la deshumanización del progreso técnico. Debemos entender que nuestro desarrollo no debe medirse solo por cuánto producimos, sino por cuánto somos capaces de vincularnos.

Debemos entender que Nuestro desarrollo no debe medirse solo por cuánto producimos, sino por cuánto somos capaces de vincularnos...

Un mundo que progresa materialmente, pero se empobrece espiritualmente es una estructura que, inevitablemente, se desplomará. Necesitamos, más que nunca, recuperar la consciencia de que somos seres que necesitan del otro como el árbol necesita del agua. El amor es lo que otorga profundidad a nuestra existencia. Es lo que permite que el dolor no sea solo sufrimiento, sino un aprendizaje; que el trabajo no sea solo esfuerzo, sino una ofrenda; que la vida no sea solo un paso por el mundo, sino una huella significativa. Siendo afectuosos, no solo estamos alimentando a los demás, sino que estamos regando nuestras propias raíces, permitiendo que nuestro espíritu crezca con la firmeza necesaria para sostener la realidad física que nos toca vivir. Al final del camino, cuando lo tangible se desvanezca, lo único que permanecerá será el rastro de aquello que dimos, de cómo amamos y de cómo, gracias a ese afecto, logramos ser, por un ins-

INAUGURACION FIL LIMA 2026

Teodoro Alfredo Sosa Rodríguez
Artista plástico, actor de teatro y corresponsal de FEM International Magazine.

El 22 de julio, FEM International Megazine, estuvo en la inauguración de la 30° Edición de la Feria Internacional del Libro Lima 2026, que cambió de sede (del Parque Próceres de la Independencia, del distrito de Jesús María, al Centro de Exposiciones Jockey del distrito de Santiago de Surco). Ecuador, como país invitado de honor, participa con una delegación de escritores entre variadas actividades culturales. También la Cámara Peruana del Libro, rinde homenaje póstumo al escritor peruano Alfredo Bryce Echenique.

"La feria va hasta el 6 de agosto de 2026, de 11:00 a.m. a 10:00 p.m. La feria cuenta con más de 170 stands (albergando la oferta de más de 70 editoriales, instituciones y distribuidores independientes). También cuenta con 6 auditorios, donde destaca Auditorio Fundación BBVA – Blanca Varela: El espacio principal para los eventos estelares y homenajes.

Stand 126 (El Comercio): Ubicado justo frente al auditorio principal, donde se realiza la experiencia interactiva de impresión de portadas históricas y venta de colecciones.

Stand 130 (Fundación BBVA): Espacio interactivo dedicado a la experiencia digital sobre la poeta Blanca Varela.

Espacio Colectivo (Stand 33): Zona especializada en cómics, novelas gráficas y manga" (Diario El Comercio)

La programación de los días 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31 de julio y 1, 2, 3, 4, 5, 6 de agosto se puede visualizar en el siguiente link (https://fil-lima.com.pe/programa-cultural-2/)

Este año estará muy concurrida por los amantes de la lectura y de la cultura en general, además de contar con un patio de comidas. Y ambiente y actividades para los niños.

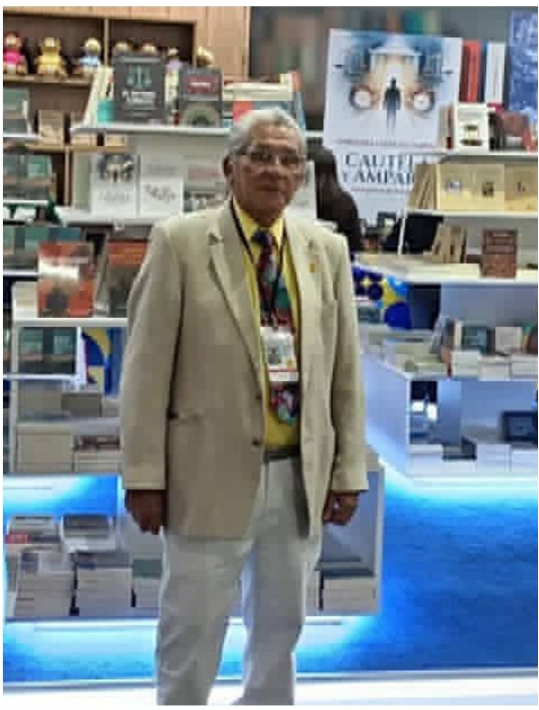
DIA	HORA	ACTIVIDAD	NOTA
22	14:00	Murciélagos, nuestros amigos nocturnos	Patricia Chang
		Ceremonia de matasello FIL Lima 2026	
		Pintar el sacrificio: el imaginario de la batalla de Arica	Vinatea, Raguz, Pineda
	15:00	Hecho a mano	María Vasquez - CIDAP
		Vertebras de Marcelo Arce Garin	Marcelo Arce Garin
		CAEN, como cuna del pensamiento estratégico nacional	Gonzales, Taype, Frech
		Desafíos y perspectiva de la inclusión femenina	ESAN
	16.00	La gobernación del Perú de César Ruiz	César Ruiz
		Apocalipsis de una noche de verano de Rodolfo Hinostroza	UCV
		Recital de poesía	Ecuador
		La enfermedad de escribir	Libro del Zorro Rojo
	17:00	Inauguración de la 30° Edición FIL Lima 2026	Auditorio Blanca Varela

30 Feria Internacional del Libro de Lima
DEL 22/07 AL 06/08
ECUADOR

Galaxia Gutenberg

Pureza del Fuego
Crónicas

ZONA INFANTIL
20
EN TODO EL STAND
JULIO VERNE



FIL LIMA
La ceremonia se llevará a cabo el miércoles 22 de julio de 2026 a las 17:00 hrs. en el Auditorio Fundación BBVA - Blanca Varela del recinto ferial, ubicado en el Centro de Exposiciones Jockey, Av. Javier Prado con la Panamericana Sur, Santiago de Surco.
Ricardo Mugueza Terrones, presidente de la Cámara Peruana del Libro, agradece su gentil asistencia.
Sírvase presentar esta invitación en el ingreso. Acreditación de invitados desde las 16:00 hrs.
Esta invitación es intransferible y válida para 02 personas
Lima, julio de 2026
Organiza:
ECUADOR
PAÍS INVITADO DE HONOR
CÁMARA PERUANA DEL LIBRO

de comidas
POLIFONIA

LIBROS CLÁSICOS

LUNA 9 RADIO DIGITAL

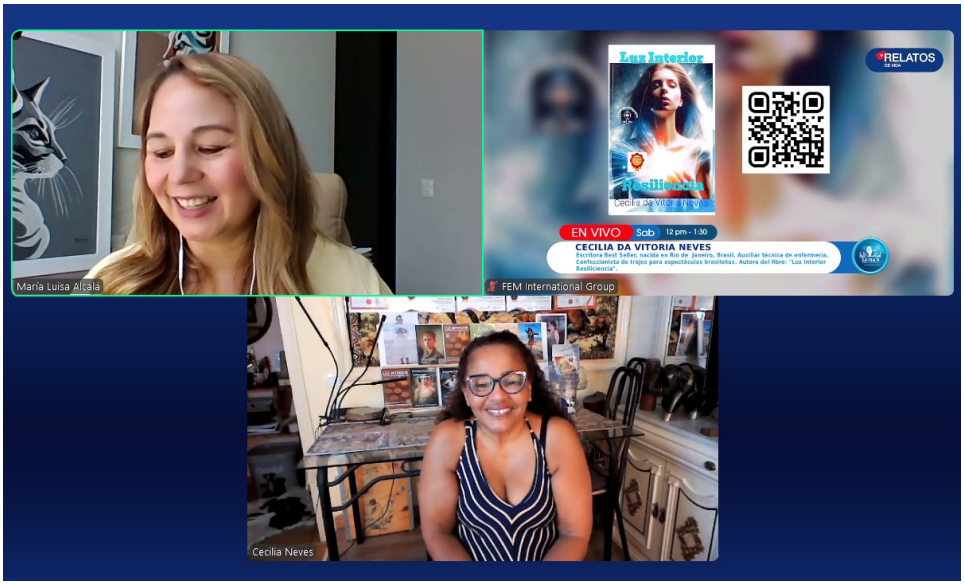
LO MAS SOBRESALIENTE EN LUNA 9 RADIO DIGITAL

"Un lector vive mil vidas antes de morir. El hombre que nunca lee vive solo una."— George R.R. Martin

DEBUT EN **CRECIENDO JUNTOS**

Dra. Beatriz Sepúlveda se incorpora al equipo de Luna 9 Radio Digital. Dra. Beatriz, Psicóloga, Psicotanatóloga Clínica y Terapeuta Sistémica, Maestrante en psicología transpersonal. Directora de GRESMA, grupo de especialistas en Salud Mental y fundadora de PERIDAE estará con nosotros junto con su equipo compartiendo sus experiencias y valioso aporte en temas de psicología. Le damos la más cordial bienvenida.

LA LUZ QUE NACE **DESPUES DE LA ADVERSIDAD I RELATOS DE VIDA**



En #RelatosDeVida tuvimos el privilegio de compartir la historia de vida de nuestra querida Sra. Cecilia Da Vitoria Neves y el poderoso mensaje de su obra literaria titulada: ***"Luz interior resiliencia".***

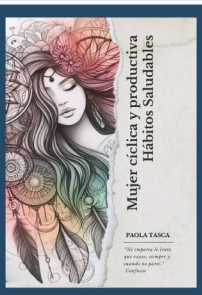
Sra. Cecilia radica en Barcelona, España pero es oriunda de Brasil y tiene mucho que contar y qué mejor manera de hacerlo que compartir con nosotros en Relatos De Vida, programa de los Sábados transmitido en simultáneo hacia nuestras plataformas de radio digital y nuestro canal de YouTube bajo la conducción de María Luisa Alcalá.

Dra. Nereida Perdigón Educadora, escritora, coach y fundadora de EmpowerU Now Consulting LLC. Compartió el tema: *"Transforma el dolor, la pérdida y la adversidad en propósito y crecimiento."*

Dr. Juan Antonio López Benedí, escritor español, Doctor en Hermenéutica y Educación, creador del Método Benedí y autor de 34 libros publicados. Compartió el tema: *"Emociones"*

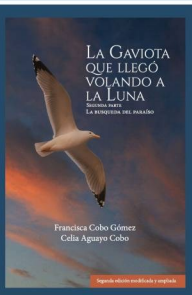
Dra. Beatriz Sepúlveda, Psicóloga, Psicotanatóloga Clínica y Terapeuta Sistémica, compartió el tema: *"Mi hijo me dijo que es homosexual: ¿Cómo responder desde el amor, la información y el cuidado?"*

Los más DESTACADOS de los LIBROS



"Mujer cíclica y productiva"
Paola Tasca

"La espiral del odio"
Nicolás Puente



"La gaviota que llegó volando a la luna"
Francisca Cobo G

¡NO TE LO PIERDAS!

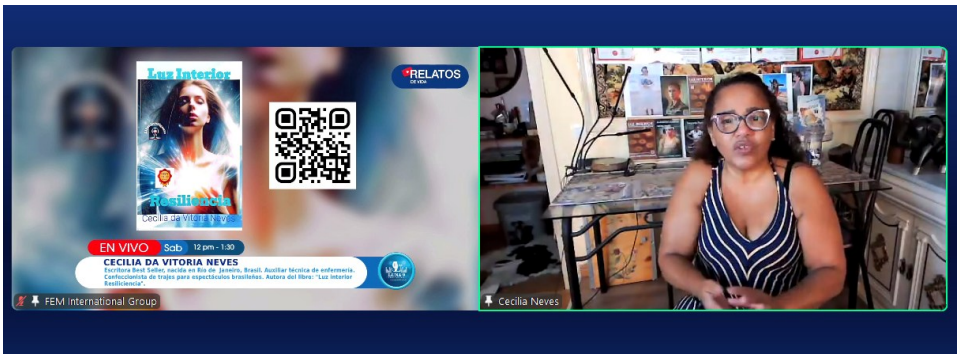
"La dama en la sombra"
Aracelli Luque Pineda

"Todo es por algo"
Nieves García Aguilera

Agradecemos infinitamente a nuestra querida familia de Luna 9 Radio y nuestra querida comunidad de YouTube por las muestras de apoyo compartiendo nuestros links, así como sus participaciones con saludos, comentarios y aprendimos junto a nuestra invitada sobre cultura, adaptación a nueva cultura, costumbres y sus libros que transforman vidas.

Tuvimos una nutrida entrevista llena de sensibilidad sobre todo , a la manera característica de nuestra invitada quien respondió las preguntas del público durante la entrevista como después de la misma.

Si tiene una historia que compartir con nuestra audiencia internacional, lo invitamos a que se contacte con nosotros y agendemos una entrevista.



NOVEDADES

Agradecemos infinitamente a nuestra querida familia de Luna 9 Radio y nuestra querida comunidad de YouTube por haber compartido con nosotros su sentir en acerca de tener la posibilidad de hacer preguntas a nuestros invitados incluso antes del día de sus respectivas entrevistas.
Hay quienes por estudio o trabajo no pueden acompañarnos en vivo y ahora tenemos esta herramienta que nos permite conocer más del pensar y sentir de nuestra audiencia.

Nicolás Puente, escritor español radicado en Alemania quien nos presentó su impactante novela *"La espiral del odio"*, una historia que explora la memoria, el perdón, la culpa y las consecuencias de nuestras decisiones

Miryam Mendoza Intriago, escritora ecuatoriana, Coaching Ontológico, Liderazgo Espiritual y especialista en Mindfulness. Compartió el tema: *"El espíritu integra todas nuestras áreas"*

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

EL PODER DE UNA NUEVA GENERACION

JOVENES QUE LIDERAN, INNOVAN Y TRANSFORMAN EL MUNDO CON PROPOSITO

Durante mucho tiempo se ha dicho que los jóvenes representan el futuro de la humanidad. Sin embargo, la realidad de nuestros días demuestra algo mucho más poderoso: los jóvenes no solamente son quienes heredarán el mundo que estamos construyendo, sino quienes ya están participando activamente en su transformación.

Vivimos una época marcada por grandes desafíos: cambios tecnológicos acelerados, nuevas formas de comunicación, transformaciones sociales y la necesidad urgente de encontrar soluciones sostenibles para nuestro planeta. En medio de este escenario surge una generación con una característica especial: jóvenes que no esperan tener todas las respuestas para comenzar a actuar, sino que convierten sus ideas en proyectos, sus inquietudes en iniciativas y sus talentos en herramientas para generar impacto.

El verdadero poder de esta nueva generación no está únicamente en su dominio de la tecnología o en su capacidad de adaptarse rápidamente a los cambios. Está en su deseo de encontrar un propósito. Son jóvenes que preguntan, cuestionan, crean y buscan dejar una huella positiva en su entorno.

Desde pequeños emprendimientos digitales hasta proyectos sociales, ambientales, científicos y culturales, miles de jóvenes alrededor del mundo están demostrando que la innovación también nace de la sensibilidad humana. Comprenden que el liderazgo no significa solamente ocupar una posición importante, sino tener la voluntad de servir, aportar soluciones y trabajar por algo más grande que el beneficio personal.

La juventud actual tiene una enorme oportunidad: utilizar las herramientas que tiene a su alcance para construir nuevos caminos. Las plataformas digitales, la educación, la inteligencia artificial, la creatividad y la colaboración global permiten que una idea nacida en una pequeña comunidad pueda alcanzar personas en diferentes países.

Pero la tecnología por sí sola no transforma sociedades. Lo que genera un verdadero cambio es la combinación entre conocimiento, valores y propósito. Un joven preparado profesionalmente, pero también comprometido con su comunidad, tiene la capacidad de convertirse en un agente de transformación.

Las nuevas generaciones están redefiniendo conceptos tradicionales de liderazgo. Ya no se trata únicamente de dirigir equipos desde una oficina o de tener reconocimiento público. El liderazgo moderno también se encuentra en aquellos jóvenes que crean soluciones para problemas cotidianos, que impulsan conversaciones importantes, que defienden sus ideales con respeto y que buscan construir espacios más inclusivos y humanos.

ñPreparar a los j· venes no significa solamente ense¶arles habilidades t®cnicas, sino ayudarlos a desarrollar pensamiento cr²tico, comunicaci· n, creatividad, inteligencia emocional y responsabilidad socialò

La educación tiene un papel fundamental en este proceso. Preparar a los jóvenes no significa solamente enseñarles habilidades técnicas, sino ayudarlos a desarrollar pensamiento crítico, comunicación, creatividad, inteligencia emocional y responsabilidad social. El mundo necesita profesionales preparados, pero también necesita seres humanos conscientes del impacto de sus decisiones. Organismos internacionales como Naciones Unidas han señalado que fortalecer las habilidades y la participación juvenil es clave para enfrentar los desafíos de un mundo en constante transformación.

Cada generación enfrenta retos diferentes, pero también recibe oportunidades únicas. La generación actual tiene frente a sí una herramienta extraordinaria: la posibilidad de conectarse con personas, culturas e ideas sin las limitaciones del pasado. Esa conexión puede convertirse en una fuerza poderosa cuando está guiada por principios, responsabilidad y visión.

A los jóvenes de hoy les corresponde preguntarse: ¿qué problema quiero ayudar a resolver?, ¿qué talento puedo compartir?, ¿qué legado deseo construir? Porque el propósito no siempre aparece como una gran revelación; muchas veces comienza con una pequeña acción realizada con compromiso y constancia.

El mundo necesita jóvenes valientes, preparados y conscientes de que sus decisiones tienen impacto. Jóvenes que entiendan que el éxito no se mide únicamente por los logros personales, sino también por la capacidad de inspirar, ayudar y transformar la vida de otros.

La nueva generación tiene una voz propia. Tiene ideas frescas, energía renovadora y una mirada diferente sobre el mundo. El desafío ahora es convertir esa energía en liderazgo responsable, innovación con sentido y acciones que construyan un futuro más humano.

Porque el verdadero poder de una generación no está solamente en lo que puede alcanzar, sino en aquello que está dispuesta a aportar.

El futuro ya comenzó. Y una nueva generación está lista para liderarlo.

EDUCACION PARA TRANSFORMAR: NUEVAS HERRAMIENTAS PARA UN MUNDO EN EVOLUCION

La educación ya no puede limitarse a transmitir conocimientos. En un mundo marcado por la inteligencia artificial, la transformación digital, los desafíos ambientales y cambios constantes en el trabajo, educar significa también preparar a los jóvenes para comprender su realidad, cuestionarla y participar activamente en su mejora.

Hoy, una idea nacida en un salón de clases puede convertirse en una campaña comunitaria, un emprendimiento social o una solución tecnológica con impacto real. Esa posibilidad redefine el papel de cada estudiante: no es solo receptor de información, sino creador de propuestas, colaborador y líder en formación.

Las herramientas disponibles son amplias. Plataformas digitales, cursos abiertos, laboratorios de innovación, redes internacionales y recursos de inteligencia artificial permiten aprender de manera más flexible y conectada con los desafíos actuales. Sin embargo, su valor no depende únicamente de saber utilizarlas. La verdadera diferencia está en emplearlas con criterio, responsabilidad y propósito.

La tecnología puede facilitar el acceso al conocimiento y acelerar procesos creativos, pero no sustituye la empatía, la curiosidad ni la capacidad de trabajar con otras personas. Por eso, la educación del presente debe combinar competencias digitales con habilidades profundamente humanas: comunicación, pensamiento crítico, colaboración, adaptabilidad y ética. El futuro necesitará jóvenes capaces de analizar información, reconocer problemas complejos y tomar decisiones que consideren a las personas y al planeta.

Liderar no es imponer una idea ni esperar una posici· n de autoridad. Es asumir responsabilidad, escuchar perspectivas diferentes, reunir voluntades y actuar con coherencia.

Innovar tampoco significa inventar algo extraordinario desde cero. Muchas veces comienza al observar una necesidad cercana: mejorar el reciclaje en la escuela, acompañar a estudiantes con dificultades de aprendizaje, crear espacios seguros de diálogo o diseñar una iniciativa que apoye a pequeños negocios de la comunidad. Cuando el conocimiento se conecta con la vida cotidiana, deja de ser un contenido aislado y se convierte en una herramienta de transformación.

El liderazgo juvenil cobra fuerza precisamente en ese punto. Liderar no es imponer una idea ni esperar una posición de autoridad. Es asumir responsabilidad, escuchar perspectivas diferentes, reunir voluntades y actuar con coherencia. Los jóvenes que lideran con propósito entienden que sus talentos adquieren mayor sentido cuando se ponen al servicio de otros.

Organismos como la UNESCO han resaltado la importancia de incluir a la juventud en las decisiones educativas, reconociéndola como una fuerza esencial para la innovación y la transformación social. A la vez, los estudios sobre el futuro del trabajo advierten que las destrezas tecnológicas crecerán en importancia, junto con el pensamiento creativo, la resiliencia y el aprendizaje continuo. La preparación más valiosa no será la que ofrece respuestas para todo, sino la que enseña a formular mejores preguntas.

Para los jóvenes, esta realidad representa un desafío, pero también una oportunidad. No es necesario esperar a terminar una carrera, contar con grandes recursos o tener todas las certezas para comenzar a aportar. Participar en un proyecto, proponer una mejora, aprender una nueva habilidad o compartir una idea puede ser el inicio de un camino significativo.

Educar para transformar es formar personas que no se conformen con adaptarse al cambio, sino que aprendan a orientarlo con sensibilidad y visión. El mundo en evolución necesita jóvenes preparados, sí, pero sobre todo jóvenes conscientes de que su voz, sus decisiones y sus acciones pueden abrir posibilidades para un futuro más justo, inclusivo y sostenible.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

En FEM International Magazine trabajamos para ofrecerte contenido y servicios que realmente te aporten valor

PROBLEMAS SON DE GESTION **MAS QUE DE SALUD**

Dr. Antero Flores Aráoz
Abogado & Columnista Honorario desde Lima, Perú
de FEM International Group

El tema de la salud en el sector público, sea que esté a cargo del Ministerio de Salud o de EsSalud para sus asegurados, es francamente caótico.

El maltrato a los pacientes y a los asegurados es inenarrable y no hay día en los medios en que no aparezcan noticias sobre ello y, las quejas siguen en aumento sin que se haga nada todavía para solucionar las deficiencias.

Las personas que se van a atender en los establecimientos de salud, sea en postas médicas hasta llegar a hospitales generales y especializados, tienen que hacer larguísimas colas, estar en las emergencias en sillas de rueda o camillas sin atención alguna. La cantidad de veces que programan citas médicas para varias semanas por delante, cuando no son meses, los recorridos en busca de algún establecimiento de salud del Estado en que te puedan hacer una radiografía o una tomografía y no se encuentren los equipos para ello son dantescos, la inexistencia de las medicinas que te son recetadas se multiplica al infinito.

El propio Sindicato Nacional Médico del Seguro Social del Perú (SINAMSSOP) en comunicado de prensa, reclama con razón por el "hacinamiento de pacientes", "el diferimiento mayor a 4 meses en consulta externa, procedimientos, diagnósticos, cirugías y hospitalización". Agrega que "hay inoperancia de los funcionarios e indicios de corrupción" y señala el "modus operandi de la corrupción".

En reciente columna periodística, el ex presidente de EsSalud Fernando Barrios, nos detalla cifras de espanto en que el crecimiento de las atenciones de salud requeridas, han aumentado vertiginosamente, mientras que los locales para la atención de los asegurados siguen sin crecer lo debido, a lo que podremos agregar que los empleadores de los asegurados aportan un importante porcentaje de las remuneraciones para cubrir la prima del aseguramiento en EsSalud, pues nada es gratuito.

En el informe de transferencia del anterior (des)gobierno al nuevo gobierno se advierte que 86 ambulancias y 480 equipos se encuentran inoperativos en la Seguridad Social.

Solamente en el Callao y en hospitales que son del Estado como es el Hospital Daniel A. Carrión, increíblemente por inoperancia de sus equipos obliga a efectuar la esterilización manualmente. El mismo nosocomio, al igual que el de Ventanilla y San José son de llorar, como lo acaba de constatar la Contraloría General de la República en reciente informe.

Como es fácil observar las deficiencias no son médicas sino de gestión, recordándose por ejemplo que en el Ministerio de Salud las gestiones de profesionales no médicos fueron satisfactorias, como es el caso de Marino Costa y de Fernando D'Alessio (recientemente fallecido), con excepciones médicas como Luis Solari y Abel Salinas entre algunos pocos.

En EsSalud también ha sucedido algo similar, pues la gestión de presidentes no médicos como Luis Castañeda Lossio, Fernando Barrios Ipenza y Fiorella Molinelli han sido destacables.

No hay que temer a administraciones de salud dirigidas por profesionales no médicos, pues para compras de equipos, arrendamiento de ellos, alquiler de inmuebles, edificación de postas, contratación de personal, fiscalización de la asistencia del personal, cumplimiento de horarios, adquisición de medicinas, turnos de atención y tantas otras cosas, no necesitas haber pasado ni por San Fernando ni por Cayetano Heredia, aunque si saber muchísimo de administración que es donde se da la mayor cantidad de fallas, errores y negligencias.

¡ANUNCIATE!

EN

LUNA 9
RADIO DIGITAL
La nueva generación de la radio online

CONTAMOS CON

PAQUETES

PARA NEGOCIOS, SERVICIOS, EMPRENDIMIENTOS Y MAS...

MEDIA KIT DISPONIBLE

Da a conocer tu negocio o emprendimiento

PARA MAYORES INFORMES:

WhatsApp: +1 551.254.8201 | 1 (201) 305-0841

trending

<< REGRESO A CONTENIDO

52 Desde Rumanía con amor—Parte III

56 Cada nueva etapa también requiere un nuevo orden financiero

58 Colectivo malagueño de Escritores

60 Presentación del artista plástico peruano, José Elías Chiroque Silva

62 Emprender con propósito: Ideas que se convierten en soluciones reales

DESDE RUMANIA CON AMOR

Parte III

DESDE RUMANIA CON AMOR-PARTE 3

Irene Abecia Navarro
Guía de Turismo desde España & Columnista de Destinos FEM International Group

Continuando el viaje por este sorprendente país nos encontramos con dos inesperadas maravillas.

TĂRGU MUREȘ fue un relevante mercado durante el siglo XVI. Codiciado por turcos, húngaros y rumanos que no se conformaban con perderlo. Por este motivo, pocos edificios han perdurado tras aquellas contiendas; sin embargo, del siglo XIX se conservan dos catedrales, la ortodoxa y la católica, el Nuevo Ayuntamiento y el Palacio de la Cultura. Este último un destacado ejemplo de Art Nouveau o Secesión, del 1911 al 1913.

SIBIU se levantó sobre las ruinas del campamento romano de "Cedonia". Sería en el siglo XII cuando colonos alemanes procedentes de la región del Rin-Mosela se asentaron, convirtiéndose en un importante centro de las rutas comerciales con más de 19 gremios reconocidos.

La imprenta se instaló en 1530 y pocos años más tarde se imprimió el primer libro en rumano: el Catecismo Luterano.

Pasear por sus calles es sentirse observado por los numerosos "ojos" en los tejados de las casas: peculiares ventanas que semejan párpados semicerrados.

REVISTA ANUAL DEL FIDL 2026

SCAN ME

VISITA NUESTRA EDICIÓN EN LÍNEA.

Lee las historias que conforman la 6ta edición del Festival Internacional Del Libro - FIDL2026. Lee en cualquier momento y en cualquier lugar

https://archive.org/details/revista-fidl-2026/mode/2up

CADA NUEVA ETAPA TAMBIEN REQUIERE UN NUEVO ORDEN FINANCIERO

Graciela Velasco Aguirre
Contadora pública, escritora, locutora y podcaster mexicana.
Co-Conductora de "Semillas de Abundancia" en Luna 9 Radio

Verdad que el mes de agosto tiene energía de reinicio?

Aunque el año comenzó en enero, muchas veces es en agosto cuando sentimos que realmente estamos entrando a una nueva etapa.

Cambian las rutinas.

Los horarios.

Las prioridades.

La dinámica familiar.

Los hijos regresan a clases.

Algunas personas comienzan proyectos nuevos.

Otras cambian de trabajo.

O simplemente nos replanteamos metas.

Y en medio de todos esos movimientos, hay algo que pocas veces hacemos:

Actualizar nuestra vida financiera al ritmo de nuestra vida emocional.

En junio, en esta misma sección, hablábamos sobre detenernos a revisar cómo íbamos con nuestras metas financieras y también con nosotros mismos.

Era una pausa de mitad de año.

Un momento para observar hábitos, emociones y decisiones.

Pero agosto se siente distinto. Ya no estamos observando únicamente desde la reflexión de "cómo voy".

Ahora estamos entrando en nuevos procesos.

"Porque crecer también implica reorganizarse con el tiempo, la energía, las prioridades, los gastos e incluso las metas".

Y cada nuevo proceso requiere un nuevo análisis.

Porque cuando cambia nuestra vida, también necesitan cambiar nuestras prioridades, nuestra organización y la forma en la que administramos nuestra energía y nuestro dinero.

Por eso agosto se convierte en otra oportunidad.

No para empezar desde cero. Sino para reajustar, retomar y mejorar desde una nueva conciencia.

Porque aquí está una verdad importante:

Cada nueva etapa necesita un nuevo orden financiero, y no hablo solamente de hacer cuentas.

Hablo de detenernos a observar:

- qué cambió
- qué necesitamos hoy
- qué hábitos ya no funcionan
- qué decisiones requieren ajustarse

Porque muchas veces seguimos administrando nuestra vida con estructuras que pertenecen a una versión antigua de nosotros.

Y eso genera mucho agotamiento. Pero ¿que quiero decir con esto? por ejemplo, hay personas que ya aumentaron sus responsabilidades, pero siguen teniendo hábitos financieros desordenados de cuando tenían menos compromisos. O personas que comenzaron una familia, pero siguen

gastando como cuando solo pensaban en ellas mismas. O personas que ya crecieron profesionalmente, pero siguen teniendo miedo de organizar, invertir o tomar decisiones más grandes.

Y entonces aparece la sensación de que el dinero "no alcanza".

Pero muchas veces no es solo falta de dinero, más bien es falta de adaptación.

Porque crecer también implica reorganizarse con el tiempo, la energía, las prioridades, los gastos e incluso las metas.

Cada etapa de nuestra vida pide algo distinto.

No se puede administrar igual la soltería, la maternidad, un nuevo negocio, un cambio laboral, una crisis emocional o una etapa de reconstrucción personal.

Todo cambia. Y tus decisiones financieras también necesitan evolucionar contigo.

El problema es que muchas veces queremos entrar a una nueva etapa sin cambiar nuestros hábitos anteriores.

Queremos más estabilidad, sin organizarnos mejor.
Queremos tranquilidad, sin revisar nuestros gastos.

Queremos crecimiento, sin asumir nuevas responsabilidades.

Pero toda expansión necesita estructura.

Y aunque la palabra "orden" a veces suena aburrida, en realidad nos brinda mucha paz.

Porque cuando tienes claridad, disminuye la ansiedad, tomas mejores decisiones, dejas de vivir apagando fuegos y puedes visualizar mejor tu futuro.

Y sabes, organizar tus finanzas no significa obsesionarte con el dinero.

Significa darte estabilidad emocional.

Significa reducir estrés innecesario.
Significa dejar de vivir con miedo constante al "qué pasará".

A veces pensamos que ordenar nuestras finanzas requiere hacer cambios gigantes.

Pero normalmente comienza con cosas muy simples:

- revisar tus gastos reales
- reconocer fugas de dinero
- ajustar prioridades
- aprender a decir "no"
- dejar compras impulsivas
- crear pequeños fondos de ahorro
- tener conversaciones incómodas pero necesarias con la pareja, con la familia.

Con estas pequeñas decisiones lograras una vida mucho más ligera.

Pero por favor, ¡no te compares! Cada persona está viviendo una etapa distinta.

Hay quienes están construyendo.

Hay quienes están comenzando de nuevo.

Hay quienes están sanando financieramente.

Hay quienes apenas están aprendiendo.

Y todas son etapas válidas. La estabilidad financiera no se construye de un día para otro.

Se construye desde la conciencia diaria.

Desde pequeñas decisiones repetidas constantemente.

Desde aprender a vivir más alineados con nuestra realidad actual y no con la que ya quedó atrás.

Este mes de agosto quiero proponerte un ejercicio sencillo:

Pregúntate:

- ¿Qué cambió en mi vida este año?
- ¿Mis hábitos financieros siguen funcionando para esta nueva etapa?
- ¿Qué necesita reorganizarse?
- ¿Qué puedo simplificar?
- ¿Qué decisión llevo tiempo postergando?

Porque ordenar tu vida financiera no es controlar cada peso.

Es crear una estructura que sostenga la vida que estás construyendo.

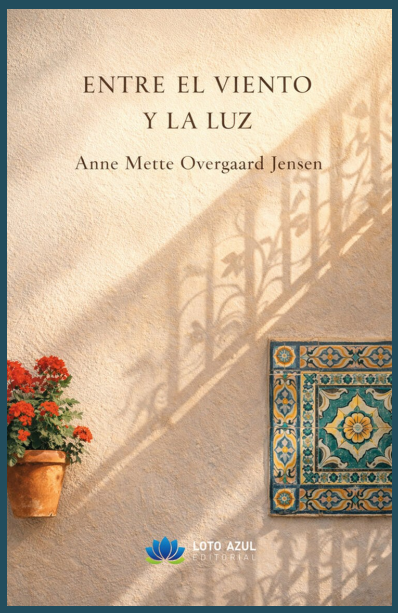
Y a veces la verdadera abundancia comienza justo ahí: cuando dejamos de resistir los cambios y comenzamos a organizarnos para crecer con ellos.

COLECTIVO MALAGUEÑO DE ESCRITORES

Isabel María Valencia
Presidenta del Colectivo Malagueño de Escritores
y Columnista Cultural de FEM International Group

1 ANNE METE

Anne Mette Overgaard Jensen (Dinamarca, 1998) reside en Málaga. Es poeta y articulista, autora de los poemarios Entre luces y silencios (Libros del Aire, 2026), Entre el viento y la luz (Loto Azul Editorial, 2026) y Donde la luz me hace entera (Aliar Ediciones, 2026). Su obra explora la identidad, la migración cultural, el cuerpo y el encuentro entre el norte y el sur de Europa. En 2026 obtuvo el primer premio del concurso internacional Entre sílabas anda el juego IX (Haikus), organizado por Diversidad Literaria, con el poema Entre Norte y Sur. Sus poemas han sido publicados en numerosas antologías y revistas literarias internacionales en lengua española y alemana, tanto en Europa como en Latinoamérica. Asimismo, colabora habitualmente como articulista en medios daneses.



Entre el viento y la luz

La obra poética de Anne Mette Overgaard Jensen nace del encuentro entre lenguas, territorios y formas de habitar el mundo. Desde una mirada marcada por la experiencia intercultural entre Dinamarca, Alemania y España, sus poemas exploran la identidad, la memoria, el cuerpo, el silencio y la búsqueda de pertenencia.

Entre el viento y la luz profundiza en el tránsito entre países, idiomas y formas de entender la vida. El norte y el sur de Europa aparecen como fuerzas complementarias que dialogan dentro de una misma identidad, convirtiendo el viaje exterior en un proceso de construcción interior.

En conjunto, su obra propone una reflexión sobre la identidad contemporánea, la migración cultural y el diálogo entre distintas tradiciones europeas, construyendo una poética donde el cuerpo, la lengua y el territorio se convierten en lugares de transformación y conocimiento.

2 VALERIA BUSHKEVICH

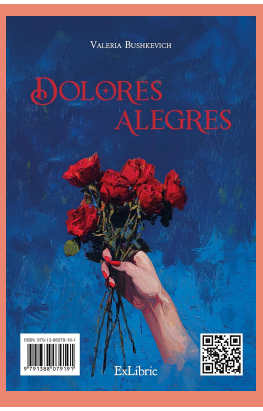
Es una políglota y creadora bielorrusa cuya vida transcurre entre lenguas, culturas y escenarios. Formada en Filología Hispánica en San Petersburgo y con un máster en Enseñanza de Español (UIMP), ha hecho de la literatura y la transmisión cultural su eje vital.

Su escritura es un refugio donde explora un espíritu indómito. Tras iniciarse en los poetry slams de Santander, hoy es una voz consolidada en la escena poética de Málaga. Su trabajo incluye el poemario Dolores alegres y alegrías dolorosas y diversas antologías. Su talento para la poesía oral le ha valido el reconocimiento como ganadora del Poetry Slam Malaka (2024-25) y semifinalista en el XIV Campeonato Estatal de Poetry Slam España 2025. Valeria combina su labor como docente, traductora e intérprete con una incansable búsqueda creativa, donde la palabra se convierte en el vehículo de su identidad.

Dolores alegres y alegrías dolorosas

Hay días en los que uno no sabe si reír o llorar… y Valeria Bushkevich ha decidido hacer ambas cosas al mismo tiempo. Dolores alegres y alegrías dolorosas es un poemario que camina por la cuerda floja entre lo que arde y lo que abraza, entre el amor que salva y el que arrasa. Cada poema es una carta que no se envió, una conversación pendiente o una despedida a destiempo.

Con humor ácido, dulzura incómoda y una honestidad que desarma, la autora convierte lo cotidiano en materia poética y lo íntimo en espejo compartido. No hay consuelo fácil, pero sí belleza en medio del caos. Y, a veces, eso basta.

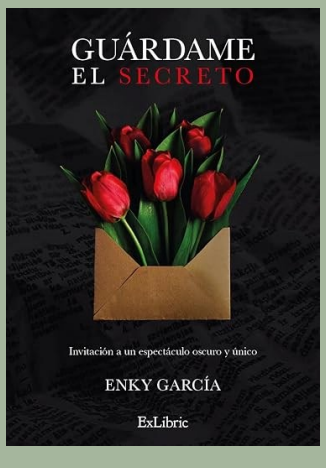


3 ENKY GARCIA

Enky García nació en 1996 en Cañete de las Torres (Córdoba). Criada entre tierras cordobesas y malagueñas, descubrió desde temprana edad su vocación por la creación de historias y personajes, una pasión que ha desarrollado tanto desde la escritura como desde la interpretación.

Licenciada en Interpretación Textual por la Escuela Superior de Arte Dramático de Córdoba, se trasladó más tarde a Madrid para ampliar su formación artística. Allí cursó el Máster de Interpretación Audiovisual en la Universidad TAI, una etapa clave en su enriquecimiento creativo y profesional.

Tras años de perseverancia y profunda reflexión vital, cumple el sueño de publicar su primera obra de teatro: Guárdame el secreto. Con este debut literario, Enky García da rienda suelta a una imaginación audaz, reafirmando su compromiso con la escritura y su deseo de ofrecer al lector nuevas y vibrantes experiencias dramáticas.



Guárdame el secreto

Tras un viaje de trabajo, Emma se ve tentada a liberar su lado más oscuro. Lo que comienza como un impulso la deja atrapada entre las cuatro paredes de una celda, aislada de una sociedad que la rechaza y la señala.

Inmersa en un entorno despiadado, se ve obligada a lidiar con un deseo que no supo —ni pudo— controlar. Guárdame el secreto explora los límites de la moralidad y las consecuencias de ceder ante lo prohibido, sumergiendo al lector en una atmósfera de tensión donde la verdad y la culpa se confunden.

PRESENTACION DEL **ARTISTA PLASTICO PERUANO**

José Elías Chiroque Silva

Artista plástico y visual peruano con más de ocho años de trayectoria

José Elías Chiroque Silva es un artista plástico y visual peruano cuya obra refleja una profunda sensibilidad por el paisaje, la identidad cultural y las múltiples posibilidades de la expresión artística. Con más de ocho años de trayectoria, ha construido un camino caracterizado por la constante exploración de técnicas, estilos y lenguajes pictóricos, consolidando una propuesta que combina creatividad, disciplina y compromiso con el arte.

Actualmente cursa estudios superiores en la Universidad Nacional Diego Quispe Tito del Cusco, institución reconocida por su formación en las artes visuales, donde ha fortalecido sus conocimientos académicos y perfeccionado su lenguaje artístico.

A lo largo de su carrera ha participado en importantes exposiciones colectivas y proyectos culturales en distintas ciudades del Perú y en el extranjero. Entre ellos destacan la exposición Paisajes en la Sala Mariano Fuentes Lira (2016), la tradicional Feria Santuranticuy del Cusco (2017), exposiciones colectivas de dibujo y acuarela, así como su participación en la Expo Acre Brasil (2019), llevando su talento más allá de las fronteras nacionales.

Su experiencia también incluye la creación de murales de gran formato y proyectos de intervención artística, entre ellos el mural del Encuentro Internacional Perú–Suecia, la participación en el mural del Estadio Inca Garcilaso de la Vega, así como diversas obras urbanas realizadas en la ciudad del Cusco. Asimismo, ha colaborado en trabajos de restauración patrimonial, destacando la restauración de la estatua del Colegio Clorinda Matto de Turner.

Durante su formación ha recibido reconocimientos académicos por la calidad de su trabajo pictórico, obteniendo distinciones al Mejor Cuadro Semestral en pintura, reflejo de su dedicación, técnica y constante búsqueda de la excelencia artística.

Organizado, perseverante, responsable, honesto y profundamente creativo, José Elías Chiroque Silva entiende el arte como una herramienta de diálogo, memoria y transformación. Cada una de sus obras busca despertar emociones, conectar con el espectador y rendir homenaje a la riqueza cultural y paisajística del Perú, reafirmando su compromiso con el desarrollo del arte contemporáneo latinoamericano.

FICHA TECNICA

1. Título: Selva incandescente.
Medidas : 30x 40
Técnica : Mixta
Autor: José Elías Chiroque Silva.

2. Título : Haywarikuy
Medidas : 100x80
Técnica: Óleo sobre lienzo
Autor: José Elías Chiroque Silva

3. Título: Caminante
Medidas: 40x50
Técnica: Óleo sobre lienzo.
Autor: José Elías Chiroque Silva.

4. Título: Sirena de tentaciones.
Medidas: 70x 50
Técnica: Óleo sobre lienzo.
Autor : José Elías Chiroque Silva

5. Título: Estoy bien
Medidas 40x50
Tectónica: Acuarela
Autor: José Elías Chiroque Silva.

EN ESTA EDICION

1.

2.

3.

4.

5.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

EMPRENDER CON PROPOSITO:

IDEAS QUE SE CONVIERTEN EN SOLUCIONES REALES

Jóvenes que lideran, innovan y transforman el mundo con propósito

Durante muchos años, la idea de emprender estuvo relacionada únicamente con crear un negocio, generar ingresos o alcanzar independencia económica. Sin embargo, la nueva generación de jóvenes emprendedores está demostrando que emprender significa mucho más: significa observar el mundo con atención, identificar necesidades y tener el valor de crear soluciones que aporten bienestar a la sociedad.

Hoy vivimos una época donde las grandes transformaciones nacen de pequeñas ideas. Un joven con una visión clara, una computadora, acceso al conocimiento y el deseo de generar un impacto positivo puede desarrollar proyectos capaces de conectar personas, mejorar comunidades y responder a desafíos que antes parecían imposibles.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

Emprender con propósito significa entender que detrás de cada producto o servicio existe una historia humana. No se trata solamente de vender, sino de aportar valor. Es preguntarse: ¿qué problema puedo ayudar a resolver?, ¿qué necesidad puedo atender?, ¿cómo puedo utilizar mis talentos para construir algo que beneficie a otros?

La juventud actual está creciendo en un entorno donde la creatividad, la tecnología y la conciencia social tienen un papel fundamental. Las nuevas generaciones no solamente buscan oportunidades laborales; también desean crear caminos propios, participar activamente en los cambios de la sociedad y construir proyectos alineados con sus valores.

El emprendimiento juvenil representa una fuerza transformadora porque combina innovación con sensibilidad. Muchos jóvenes están desarrollando iniciativas relacionadas con educación, sostenibilidad, tecnología, salud, alimentación, comunicación y bienestar social. Sus proyectos nacen de experiencias personales, de necesidades que observan en su entorno y del deseo de dejar una huella positiva.

La diferencia entre una idea común y una idea con propósito está en la intención que la impulsa. Una idea puede quedarse como un simple pensamiento, pero cuando existe compromiso, disciplina y una visión clara, puede convertirse en una solución real.

El verdadero emprendedor no es quien solamente tiene una gran idea; es quien está dispuesto a trabajar para convertirla en realidad. Esto requiere aprender constantemente, escuchar a las personas, aceptar errores como parte del proceso y desarrollar habilidades que permitan adaptarse a un mundo en constante cambio. La capacidad de aprender, la creatividad, la colaboración y la resiliencia son herramientas esenciales para los líderes del futuro.

Uno de los grandes desafíos de esta generación es comprender que el éxito no se mide únicamente por los resultados económicos. Un emprendimiento exitoso también se mide por las vidas que transforma, por las oportunidades que genera y por la contribución que realiza a la comunidad.

Emprender con propósito significa entender que detrás de cada producto o servicio existe una historia humana. No se trata solamente de vender, sino de aportar valor.

Un joven emprendedor puede comenzar desde un pequeño espacio, con recursos limitados y con muchas preguntas sin responder. Lo importante es tener claridad en el propósito y la voluntad de avanzar. Grandes empresas y movimientos sociales comenzaron con alguien que decidió creer en una posibilidad diferente.

La tecnología ha abierto nuevas puertas para quienes desean emprender. Las herramientas digitales permiten aprender, conectar con mercados internacionales, crear comunidades y desarrollar proyectos con mayor alcance. Pero la tecnología por sí sola no transforma el mundo; son las personas quienes, utilizando su creatividad y sus valores, convierten esas herramientas en oportunidades.

La nueva generación de emprendedores tiene ante sí una enorme responsabilidad: construir un futuro donde la innovación esté acompañada de ética, empatía y compromiso social. El mundo necesita jóvenes que no solamente busquen oportunidades, sino que también sean capaces de crearlas para otros.

Emprender con propósito es entender que cada talento tiene un valor y que cada persona puede aportar algo único. No todos los caminos serán iguales, ni todos los proyectos tendrán el mismo tamaño, pero cada iniciativa que nace con intención positiva puede convertirse en una semilla de transformación.

Hoy más que nunca, los jóvenes tienen la oportunidad de convertirse en protagonistas de los cambios que el mundo necesita. Sus ideas, cuando están acompañadas de pasión, preparación y propósito, pueden convertirse en soluciones reales capaces de mejorar vidas.

Porque el futuro no solamente pertenece a quienes tienen grandes sueños, sino a quienes tienen el compromiso de convertir esos sueños en acciones.

USTED TAMBIEN PUEDE HACER PARTE DE NUESTRA

GUIA COMERCIAL

#GuiaComercialMX

UN ESPACIO EXCLUSIVO

PARA SU NEGOCIO

Guia Comercial MX

CONTACTENOS

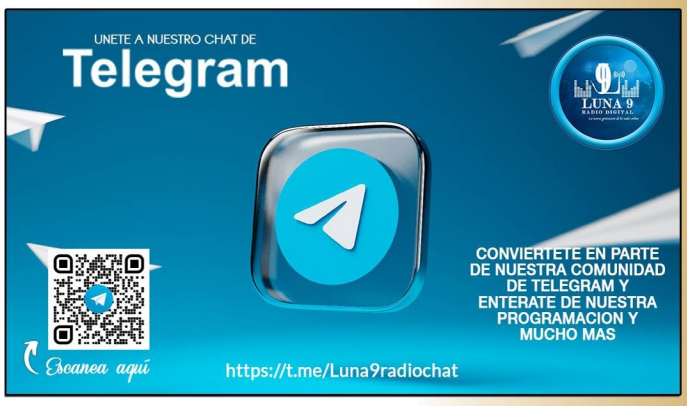
201 351 3907

551 254 8201

Unete a nuestro canal de
WhatsApp
Mantente al tanto de
nuestra programación
https://bit.ly/l9rd-canal-wa

201-751-5454
dscontabilidad39@gmail.com
https://www.segurosysoluciones.com/
3916 Bergenline Ave. Union City NJ 07087
551-323-2599
Diverse Solutions
"Asegurando a la comunidad latina"

fem
FEM INTERNATIONAL GROUP
LA FAMILIA DE
FEM INTERNATIONAL
GROUP
AGRADECE A SUS
PATROCINADORES
POR SU CONSTANTE APOYO


UNETE A NUESTRO CHAT DE
Telegram
CONVIERTETE EN PARTE DE NUESTRA COMUNIDAD DE TELEGRAM Y ENTERATE DE NUESTRA PROGRAMACION Y MUCHO MAS
Escanea aquí
https://t.me/Luna9radiochat

SEREMOS TU ESTRATEGIA
COMERCIAL DE TU NEGOCIO
Usted también puede ser parte de nuestra Guia Comercial - un espacio exclusivo para tu negocio con full herramientas digitales.
Tel: 1 (201) 359-3907 | feyesperanzamag@gmail.com

fem
FEM
INTERNATIONAL
GROUP
Te acompaña
MARKETING
PARA
ESCRITORES
COMBINACION DE
estrategias y tácticas para
AUMENTA TU VISIBILIDAD
• Llegue a una audiencia global.
• Publicidad de promoción de sus libros.
• Publicidad en internet & Paid Media.
• Diseños creativos.
• Creación de marca personal.
• Entrevistas en programa cultural.
• Difusión en podcast.
¡NO TE QUEDES AFUERA,
SOLICITA MAS INFORMACION!
https://bit.ly/mkt_escritores
FEM International - Tel. +1 551.327.2498 - feyesperanzamag@gmail.com

entretenimiento

E

<< REGRESO A CONTENIDO

70 España logra su segundo Mundial 16 años después
72 Rodri, Balón de oro: Los ganadores de los premios individuales del Mundial 2026
73 Tuchel celebra el bronce de Inglaterra: "Es la primera medalla desde 1966"

FIFA W
CHA

ORLD CUP 2026
AMPIONS

ESPAÑA LOGRA SU SEGUNDO MUNDIAL **16 AÑOS DESPUES**

Fuente: **Agencia EFE Deportes**

La selección española se proclamó campeona del mundo por segunda vez en su historia, 16 años después de la primera, conquistada en Sudáfrica 2010, y afianzó el dominio europeo de la competición más grande del planeta, con cinco ganadores de ese continente por uno de América en las últimas seis ediciones del torneo.

El anterior campeonato de España, en 2010, lo consiguió con una victoria en la final por 0-1 contra Países Bajos con el famoso gol de Andrés Iniesta en la prórroga. Este domingo también venció en el tiempo extra, por medio de Ferran Torres.

El palmarés histórico aún lo lidera Brasil, con cinco títulos, uno más que Alemania e Italia, con cuatro cada uno de ellos. Brasil no es campeón del mundo desde la edición en Japón y Correa 2002. Argentina va después, con tres. Francia y Uruguay han ganado dos, mientras que Inglaterra y España suman uno. Son los únicos ocho campeones.

En cuanto a continentes, Europa, con su decimotercer título, agranda la diferencia con América, con nueve, tras ganar cinco de los seis más recientes: Italia en Alemania 2006, España en Sudáfrica 2010, Alemania en Brasil 2014, Francia en Rusia 2018 y ahora de nuevo España en 2026. Sólo lo interrumpió Argentina, campeona en 2022.

Ferran Torres, el goleador oportuno, el jugador que no necesita deslumbrar para convencer con su eficacia, marcó el gol que necesitaba España para bordar en su pecho la segunda estrella, un segundo título que luchó ante una plana selección argentina, que jugó toda la prórroga con uno menos por la expulsión de Enzo Fernández y en la que apenas apareció Leo Messi, en su despedida de la Copa del Mundo.

Ferran metió el gol de Iniesta, el que como el manchego dieciséis años antes, en Johannesburgo, saca a la calle a todo un país que se identifica con una idea. Por juego y actitud, por no convertir cada disputa en una batalla, como quería Argentina, la Roja es una justa campeona, un equipo que ha dejado por el camino a Portugal, Bélgica, Francia y, en el último momento, al hasta ahora rey del torneo.

En una tensa final, con demasiado contacto permitido por el árbitro, España propuso y Argentina trató de sobrevivir, sobre todo en un segundo tiempo en el que el conjunto de Luis de la Fuente fue muy superior y la Albiceleste apenas abandonó su lado de la cancha, con Messi como espectador.

¡Déjanos saber tu opinión acerca de este y otros artículos de esta edición aquí!

Mereció más la Roja antes de la prórroga. Acumuló hasta 13 disparos por uno del rival antes del tiempo extra y se topó con un espectacular Emiliano Martínez, imponente para mantener a flote a los de Scaloni.

Pedri, Cubarsí, Laporte… España fue acumulando ocasiones, se volcó sobre el arco argentino y convirtió al 'Dibu' Martínez en el mejor jugador del rival. Con Mikel Merino y Nico Williams sobre el campo, sintió que era su momento.

Ferran rompió la resistencia argentina y dio el título a España

Se adueñó por completo del partido la selección española, pero también entró en la 'zona argentina' en ese momento en el que saca ventaja de cualquier acción. Ni la expulsión de Enzo Fernández, por pasarse de frenada en un balón dividido con Pau Cubarsí (m.93), pudo considerarse entonces una ventaja porque la Albiceleste se crece ante las adversidades.

Hasta que nada más comenzar la segunda mitad del tiempo extra, apareció Ferran para aprovechar un balón peinado desde atrás de Nico Williams y rematar con el alma donde no llegase el 'Dibu'.

España es una campeona de mérito. Un rival que infunde miedo por su capacidad para controlar el juego. Dieciséis años después vuelve a lucir la estrella del juego colectivo, de la creencia de que es mejor tratar bien al balón que recurrir al otro fútbol.

RODRI ES ELEGIDO COMO **EL MEJOR JUGADOR DEL MUNDIAL 2026**

Fuente: https://www.latercera.com/

El centrocampista de la selección española Rodri Hernández, fue elegido mejor jugador, Balón de Oro, del Mundial 2026 que ganó España al vencer en la final a Argentina por 1-0.

El futbolista del Manchester City, que ganó el Balón de Oro en el 2024, fue designado este domingo como el futbolista más destacado del Campeonato del Mundo disputado en Estados Unidos, México y Canadá.

Quote: «Ahora estamos en una nube pero esto es impresionante. Dar gracias a Dios por todo lo que ha dado y por el título», dijo en Televisión Española el jugador del Manchester City.

El secreto de España

«Este grupo es increíble, somos bicampeones del mundo, es difícil, el más difícil de ganar. Y lo hemos ganado a una selección como la Argentina», añadió el futbolista español que destacó la forma de jugar de España.

«Este es el secreto de esta selección. El mensaje es ir a por el partido desde el principio, ser valientes. Lo hemos sido y somos campeones», insistió Rodri que pasó un mal momento con meses de baja y ha recuperado el nivel.

«Es un orgullo para mí y me encantaría que las nuevas generaciones vean que es posible y que un jugador que primero toca el cielo y baja al infierno es también capaz de subir;, un ejemplo de superación y hay que creer. Es increíble la verdad», añadió.

«Sólo yo sé lo que he pasado. Los que siempre apuestan por ti están ahí. He sentido el apoyo de toda la gente, el cariño y me siento muy querido», concluyó Rodri.

RODRI, BALON DE ORO: LOS GANADORES DE LOS PREMIOS INDIVIDUALES DEL MUNDIAL 2026

Fuente: **Agencia EFE Deportes**

España es el campeón del mundo. El gol de Ferran Torres, en el minuto 106 del alargue, le entregó la segunda estrella de su historia a la selección hispana, que minimizó a la Argentina de Lionel Messi en el MetLife Stadium de Nueva Jersey. Además del mayor premio de todos, el combinado que dirige Luis De la Fuente acaparó las distinciones individuales.

Previo a la premiación del plantel ganador del Mundial 2026, sucedió la ceremonia de la entrega de los galardones por jugador. El Balón de Oro de la Copa del Mundo es Rodrigo, el capitán de España. Los antecedentes han mostrado que no necesariamente el merecedor del premio al Mejor Jugador del torneo proviene del campeón. Sin embargo, en esa oportunidad, sí sucedió.

El mediocampista central del Manchester City, la reencarnación de Sergio Busquets (o una versión 2-0), se erigió en el barómetro de la España campeona. Disputó los ocho partidos como titular y fue quien entregó mayor cantidad de pases en toda la competencia: 803. De ellos, 753 fueron completados, exhibiendo un 94% de precisión. Con 16 intentos de ruptura de líneas, acertó también en el 94%.

Su compañero Pau Cubarsí fue elegido como el Mejor Jugador Joven del certamen. El zaguero del Barcelona, de 19 años, fue uno de los bastiones defensivos de España, que solo encajó un gol. Además de la buena dupla que hizo con Aymeric Laporte, también exhibe un notable 97% de precisión tras 692 pases.

El Guante de Oro para el Mejor Arquero lo recibió Unai Simón. El golero del Athletic de Bilbao mantuvo su valla invicta en siete de los ocho partidos. Recibió solo un gol, el de Bélgica en cuartos de final. Por cierto, España es el primer país en tener simultáneamente el título del mundo masculino y femenino.

Mientras tanto, la Bota de Oro al goleador del Mundial fue para Kylian Mbappé. El francés terminó en la cima de la tabla de goleo con 10 anotaciones, superando a Messi, que se quedó con ocho. El del Real Madrid es el primero en ser goleador en dos ediciones.

TUCHEL CELEBRA EL BRONCE DE INGLATERRA: **“ES LA PRIMERA MEDALLA DESDE 1966”**

El seleccionador de Inglaterra destacó el histórico tercer lugar conseguido en el Mundial 2026, aunque aseguró que la derrota en semifinales ante Argentina "dejará una cicatriz"

Thomas Tuchel reconoció que el tercer puesto conseguido por Inglaterra ante Francia (6-4) es "una cicatriz que no se va", pero lo encuadró como un logro histórico al señalar que es “la primera medalla” mundialista de los ‘Tres Leones’ desde su único título en 1966.

"Es la primera medalla desde 1966 y en otro país, además. Espero que los jugadores se sientan orgullosos” dijo, al recordar que hace 18 meses el combinado inglés se puso una meta muy ambiciosa. “Queríamos llegar a la final y ganar la Copa del Mundo", afirmó Tuchel en la rueda de prensa.

El seleccionador puso en valor el camino recorrido a lo largo del torneo: una prórroga ante Noruega, un partido con diez jugadores ante México y la traumática eliminación ante Argentina en semifinales.

Viajamos miles de kilómetros, con calor, con tiempos extra, con diez, y demostramos que tenemos lo que se requiere. De todo eso hay que estar orgullosos", insistió el técnico.

Uno de los momentos más decisivos en la preparación del partido llegó, según explicó, de la mano de Jordan Henderson, uno de los veteranos del grupo. El centrocampista, que ya vivió el partido por el tercer puesto del Mundial de Rusia 2018, no pudo jugar por una lesión en el brazo.

"Jordan nos cambió la perspectiva, porque él estuvo en este mismo partido hace ocho años. Nos ayudó a cambiar de mentalidad y a gestionar los sentimientos encontrados que se pueden tener en un partido así. Dijo que era muy importante, muy emotivo, y nos puso en la mentalidad correcta", reveló el seleccionador.

Bukayo Saka fue el gran protagonista del encuentro con un triplete que incluyó un penalti en el minuto 87. El extremo del Arsenal no había jugado la semifinal ante Argentina, una decisión que Tuchel defendió. "Con Bukayo, la decisión de no meterlo en la semifinal fue difícil. Estábamos preparados para hacer el cambio, pero el partido cambió porque se nos presentó un contratiempo. Bukayo es un jugador clave y eso lo demostró hoy en la cancha; estoy muy contento por él", afirmó.

Al término del primer tiempo, con el marcador ya muy favorable, Tuchel tuvo un encuentro con Kylian Mbappé, a quien dirigió durante su etapa en el París Saint-Germain. "Fue muy lindo, charlamos un poco. En el descanso no estaba muy contento porque el partido ya había sido bastante alocado, pero fue una charla amigable", describió.

El técnico también tuvo palabras de elogio para Didier Deschamps, que disputó su último partido como seleccionador de Francia. "Para Didier, lo único que puedo decir es que es un caballero y un ganador. Qué personalidad, qué gran seleccionador. Nunca conocí a una persona tan humilde y amable; me lo hizo sentir cuando era director técnico en París", señaló Tuchel, que coincidió con el francés en la Ligue 1.

Sobre el balance goleador del torneo, reconoció que los seis tantos anotados este sábado le sorprendieron. "Me sorprendió un poco, pero es otro aspecto positivo que podemos añadir a la lista", admitió, en referencia a los 20 goles marcados por Inglaterra a lo largo del Mundial. "La medalla que nos ganamos hoy nos la merecemos. Nos la ganamos", concluyó.

Empieza con tu café

Un café en calma marca la diferencia. El aroma, el calor y el momento presente se convierten en un ritual que te recuerda que sobreviviste la semana y que ahora viene el descanso

CIERRA CON INSPIRACION

Escucha nuestro programa en vivo o en diferido y descubre una película, libro, podcast, cápsula, documental o biografía que aporten tomas de consciencia sobre el crecimiento, la vida y cómo vivirla; esto puede convertirse en una chispa que te despida de la semana con esperanza y motivación.

Regalate "Bálsamo para el alma"

Una pausa sagrada en el ritmo del día. Estas cápsulas son susurros del cielo; breves mensajes de amor, guía y consuelo canalizados desde los ángeles y seres de luz. Cada palabra es un bálsamo para el alma, un recordatorio que nunca estamos solos, de que hay una presencia luminosa que acompaña cada paso de nuestro camino.

GRACIAS POR SEGUIR AQUI

Tenemos el grupo de Luna 9 Radio Digital en WhatsApp el cual está siempre al servicio de toda nuestra familia y qué mejor que poder ser parte de una comunidad donde prima el respeto, camaradería y apoyo constante.

SALUD, BIENESTAR Y CONCIENCIA

Publicamos contenidos enfocados en cuidar el cuerpo, mente y emociones. Cada nota fue pensada para acompañarte con información

Recibe tareas

Recibe tareas para el fin de semana después de mucho aprendizaje durante nuestro programa de Creciendo Juntos y cada tarea está basada en una reflexión del tema que se comparte durante el programa.

PARA CONVERTIRTE EN SPONSOR DEL PROGRAMA

Simplemente contactarse con nosotros y trabajaremos juntos en estrategias de marketing para su marca, emprendimiento o negocio

WhatsApp (US) +1 551 387 4389 | Cabina (US) +1 (201) 305-0841

ELA: UNA PRUEBA DE FE

Por María Luisa Alcalá

ORDENE AQUI

ELA: UNA PRUEBA DE FE

https://amzn.to/48p14DO

Acerca del libro:

ELA: Una Prueba de Fe: Historia real y escrita desde la mirada de la esposa de un enfermo diagnosticado con ELA (Esclerosis Lateral Amiotrófica)

¿Sientes que el mundo se te viene encima, no ves más que oscuridad, incertidumbre y desesperanza cuando vives una situación complicada?

Cuando se trata de una noticia desalentadora e irreversible, tu vida puede tomar un giro inesperado y entrar en un periodo de crisis.